

2022
Nummer 1

Filt!

Das Magazin für psychische Gesundheit im Kanton Freiburg

● SCHWERPUNKT

Psychische Gesundheit im Herzen der Stadt

EIN NEUES ZENTRUM FÜR
PSYCHIATRIE IN FREIBURG



5

SCHWERPUNKT

Ein Zentrum für Psychiatrie im Herzen der Stadt Freiburg



56

Die Leistungen des FNPG

- Erwachsene
- Kinder und Jugendliche
- Ältere Menschen

20

BORIS CYRULNIK
im Gespräch
Resilienz, Antrieb
des Lebens!



32

WISSENSCHAFT
Expositionstherapie
in virtueller Realität



- 4 **EDITORIAL**
Von Philippe Demierre
Staatsrat
- 12 **REPORTAGE**
Mit dem Team
der Notfallpsychiatrie
- 16 **PSYCHISCHE GESUNDHEIT
UND JUSTIZ**
Was ist forensische
Psychiatrie?
- 18 **VERWALTUNGSRAT**
Fünf Fragen
an Rose-Marie Rittener

Inhalt

- 24 **LEBEN!**
Unsere Rubrik
für Angehörige
- 28 **PSYMOBILE**
Näher bei den Kindern
und Jugendlichen
- 34 **FORSCHUNG**
Ein universitäres
Zentrum im FNPG
- 44 **ANGST**
Sechs Ratschläge,
um damit umzugehen
- 47 **GESCHICHTE**
Die Anfänge des FNPG

Editorial

Das aktuelle Weltgeschehen erinnert uns ständig daran: Unsere Zukunft ist voller vielfältiger Herausforderungen auf lokaler, nationaler und globaler Ebene, die für einen Teil der Bevölkerung auch eine Quelle der Unsicherheit und der Sorge sind. Covid-19, der Krieg in der Ukraine und die aktuellen Energie- und Klimaprobleme machen uns dies täglich bewusst. Ein solcher Kontext kann zur Folge haben, dass die psychische Gesundheit der Freiburgerinnen und Freiburger anfälliger ist und besonderer Aufmerksamkeit bedarf. Neben den privaten Akteuren steht das Freiburger Netzwerk für psychische Gesundheit (FNPG) der Kantonsbevölkerung bei psychischen Problemen zur Verfügung und verfügt dazu über sechs Standorte in Bulle, Marsens, Freiburg und Estavayer-le-Lac.

Das FNPG lanciert heute das Magazin für psychische Gesundheit im Kanton Freiburg mit dem deutschen und französischen

Titel *Tilt!*. Diese Plattform, die einmal jährlich in Form eines Blogs und in gedruckter Form erscheint, informiert allgemeinverständlich und teils auch spielerisch über Themen der psychischen Gesundheit und über die Leistungen des FNPG.

Ich begrüsse diese Initiative, weil sie der Freiburger Bevölkerung in einer Zeit, in der die Nachfrage nach psychiatrischer Versorgung so stark ist wie nie zuvor, unsere Gesundheitseinrichtungen näherbringt. Diese Publikation ist auch ein Schaufenster für die ganze Palette der Kompetenzen, die im Kantonsgebiet verfügbar sind.

Ich danke allen, die mit ihren Beiträgen zu dieser ersten Ausgabe und ihrer Online-Version beigetragen haben, und wünsche dem Magazin *Tilt!* viel Erfolg. Ich glaube, dass es dazu beitragen wird, allen Mitbürgerinnen und Mitbürgern, die psychiatrische Leistungen benötigen, den Zugang zur psychiatrischen Versorgung zu erleichtern.



Philippe Demierre
Staatsrat



FOKUS ... FNPG
Freiburg

IM GESPRÄCH MIT ISABELLE GOTHUEY

Ein Zentrum für integrierte psychiatrische Versorgung

Das Zentrum in der Nähe des Freiburger Kantonsspitals bietet eine ganze Palette von Leistungen, die nach den Bedürfnissen der einzelnen Patienten zum Zuge kommen.

Im Zentrum für integrierte psychiatrische Versorgung in Villarsur-Glâne sind alle Leistungen der öffentlichen Psychiatrie vereinigt. Prof. Isabelle Gothuey, Ärztliche Direktorin des Bereichs Erwachsenenpsychiatrie und -psychotherapie des FNPG, über dieses Zentrum und seine Vorteile.

Tilt!: Wie kam es zu diesem Projekt eines Zentrums für integrierte Versorgung?

Isabelle Gothuey: Noch heute ist das Stationäre Behandlungszentrum Marsens in der populären Vorstellung eine Anstalt. Es musste etwas unternommen werden, um die Vorstellung zu ändern, die man gemeinhin von der psychiatrischen

Versorgung in derart stigmatisierten Orten hatte. Auch musste die Zugänglichkeit und die Nähe der psychiatrischen Notfallversorgung verbessert und die Reaktivität des Angebots implementiert werden. Und zu guter Letzt mussten neue Versorgungsstrukturen für deutschsprachige Patienten aufgebaut werden, für die wir bislang nur teilweise Leistungen in deutscher Sprache angeboten hatten. Das war übrigens der Ausgangspunkt. Nach und nach kamen dann die Notfallpsychiatrie, die Kriseninterventionsstation (der stationäre Teil der Notfallpsychiatrie mit ihren ambulanten Krisenkonsultationen), die anderen ambulanten Dienste, das Zentrum für forensische Psychiatrie und das Universitäre Zentrum psychiatrische Forschung hinzu. Unser Zentrum für integrierte

psychiatrische Versorgung setzt sich heute aus all diesen Abteilungen zusammen und bietet der Kantonsbevölkerung eine ganze Reihe von Leistungen, die nach den Bedürfnissen der Patienten zum Zuge kommen können.

Was sind die Vorteile?

Psychiatrische Hospitalisationen können vermieden oder verkürzt werden. Die Reibungslosigkeit des Behandlungswegs wird verbessert. Alles steht am gleichen Standort zur Verfügung. Und das Zentrum ist vor allem für die Destigmatisierung wichtig. Wenn jemand ins FNPG Freiburg geht, dann kümmert sich niemand darum, ob diese Person in die Tagesklinik geht, einen Patienten besucht oder sich in der Cafeteria einfach eine Pause gönnt. Stigmatisierung ist ein wichtiger Faktor,



der den Rehabilitationsprozess blockiert, denn es bereitet dem Umfeld oder dem Arbeitgeber Angst, wenn sie erfahren, dass jemand in einer psychiatrischen Einrichtung hospitalisiert wurde. Noch schlimmer ist die Selbststigmatisierung: Menschen können sich nutzlos und inkompetent fühlen und sich sozial

Das Zentrum für integrierte psychiatrische Versorgung FNPG Freiburg wurde im September 2022 eingeweiht.





«Die Patientenversorgung ist nun rascher, zugänglicher und einfacher.»

Isabelle Gothuey

zurückziehen. Wir haben dieses Zentrum so gewollt, damit die Psychiatrie weniger Angst macht, und setzen auf sein gesellschaftsintegratives Potenzial.

Wie funktionierte der psychiatrische Notdienst vorher?

Nehmen wir ein Beispiel zur besseren Veranschaulichung: Eine Person mit einer bipolaren Störung erleidet eine manische Episode, weil sie ihre Medikamente nicht eingenommen hat. Völlig übererregt und halluzinierend, fängt sie in zerstörerischer Wut an, zu Hause alles kaputtzumachen. Ihre Angehörigen rufen die Polizei, die sie dann auf den Polizeiposten bringt oder, was wahrscheinlicher ist, in ein Spital des HFR. Es ist 2 Uhr morgens. Der diensthabende

Psychiater wird angerufen, und dieser entscheidet, die Person gegen ihren Willen einzuweisen. Der Patient wird mit der Ambulanz in das Stationäre Behandlungszentrum gebracht. Verglichen damit kommt es in der jetzigen kantonalen Notfallpsychiatrie zu einer sofortigen Zuweisung. Der Patient wird von einem interprofessionellen Team untersucht, es wird mit ihm erwo-gen, ob eine stationäre Behandlung sinnvoll sein könnte, ob eine kurzfristige ambulante Behandlung möglich wäre, ob die Medikation angepasst werden muss und ob es für seine Angehörigen zumutbar wäre, wenn er zu Hause bliebe. Im neuen Modell ist die Patientenversorgung somit sehr verschieden, nämlich rascher, zugänglicher und einfacher.

Nutzen die deutschsprachigen Patienten das Angebot?

Ja. Anfang 2021 haben wir die Bettenzahl um 20 erhöht. Damit stehen der deutschsprachigen Kantonsbevölkerung nun 40 Betten zur Verfügung. Wir wissen, dass die Nachfrage vorhanden ist.

Ein paar Worte zum Universitären Zentrum für psychiatrische Forschung?

Es ist ebenfalls ein herausforderndes Projekt, die Frucht des Willens des Kantons, die Universität Freiburg müsse den ganzen Studiengang in Humanmedizin anbieten. Nachdem sie bis 2017 nur den Bachelorstudiengang anbot, musste der Masterstudiengang mit



FNPG Freiburg: kantonale Notfallpsychiatrie, drei stationäre Abteilungen, zwei Ambulatorien, zwei Tageskliniken, Forschungszentrum und forensische Psychiatrie.

dem Schwerpunkt Hausarztmedizin aufgebaut werden. Warum ist das für die Psychiatrie von Belang? Die Allgemeinmediziner behandeln als Erstversorger fast 30 % der Patienten mit psychischen Störungen. Somit haben wir das Programm so aufgebaut, dass die Medizinstudierenden bereits im ersten Masterjahr sechs Wochen lang in unsere psychiatrischen Abteilungen eingetaucht werden. Dies ist eine neue, akademische Rolle des FNPG. Parallel dazu hat die Universität Dr. Gregor Hasler als ordentlichen Professor für Psychiatrie angestellt. ●



Isabelle Gothuey

Dr. Isabelle Gothuey ist Ärztliche Direktorin des Bereichs Erwachsenenpsychiatrie und -psychotherapie des FNPG, Psychiaterin und Psychotherapeutin, Psychoanalytikerin und Titularprofessorin an der Universität Freiburg. Sie verfügt über Schwerpunkttitel in Psychiatrie und Psychotherapie der Abhängigkeits-erkrankungen und in psychoanalytischer Gruppen- und Familienpsychotherapie.

DAS INTERVIEW FÜHRTE

Kessava Packiry

FOTO

Nicolas Repond

INTERVIEW

Integrierte psychiatrische Versorgung für die deutschsprachigen Patienten

DAS FNPG FREIBURG IST VOR ALLEM DAS **ZENTRUM FÜR INTEGRIERTE PSYCHIATRISCHE VERSORGUNG DER DEUTSCHSPRACHIGEN** KANTONSBEVÖLKERUNG. INTERVIEW MIT DR. LUCA RAMPA, STELLVERTRETENDER ÄRZTLICHER DIREKTOR DES BEREICHS ERWACHSENENPSYCHIATRIE UND -PSYCHOTHERAPIE DES FNPG.

Luca Rampa

Seit September 2021 ist Luca Rampa Stellvertretender ärztlicher Direktor des Bereichs Erwachsenenpsychiatrie und -psychotherapie des FNPG. Er arbeitet seit dem Sommer 2016 im FNPG und leitete zunächst als Leitender Arzt die deutschsprachige Behandlungskette.



In welchem Jahr konnten Sie Ihre ersten stationären deutschsprachigen Patienten im FNPG Freiburg empfangen?

Im September 2020 zog die deutschsprachige Abteilung des FNPG Marsens in das FNPG Freiburg um, und das Angebot wurde durch die Eröffnung einer zweiten Abteilung erweitert. Die Tagesklinik und das Ambulatorium befanden sich bereits hier, so dass das FNPG Freiburg nun am selben Standort das ganze Spektrum möglicher therapeutischer Settings anbietet und den deutschsprachigen Patienten ein wohnort- und alltagsnahes therapeutisches Umfeld bereitstellt.

Wie war das vorher?

Ab 2015 konnten deutschsprachige Patienten zwischen einer ausserkantonalen Hospitalisation und einer Hospitalisation in der deutschsprachigen Abteilung des FNPG Marsens wählen. Beide Optionen waren für die Patienten jedoch oft zu weit vom familiären Umfeld entfernt. So wurden diese Angebote oft nur zögernd oder nur bei zwingender Indikation in Betracht gezogen. Das Angebot war unzureichend, so dass Patienten nicht erschienen, stationäre Angebote in Bern beanspruchten oder ganz auf eine fachärztliche Betreuung verzichteten, was eine zusätzliche Belastung für die Hausärzte darstellte. Wegen der Entfernung zum Alltag waren diese Behandlungen schwieriger, die Motivation zur Veränderung konnte wegen der zusätzlichen Wegstrecken oft nicht aufrechterhalten werden und viele Patienten brachen ihre Behandlung ab.

Über wie viele Betten verfügen Sie und wie hoch ist der Belegungsgrad?

Das stationäre Angebot für deutschsprachige Patienten wurde sukzessive aufgestockt, und zwar zuerst von 15 Betten, über die die deutschsprachige Abteilung in Marsens im Jahr 2015 verfügte, auf 26 Betten und nach dem Umzug in das FNPG Freiburg und der Eröffnung der zwei deutschsprachigen Stationen auf nun 38 Betten. Der Belegungsgrad ist hoch und das Angebot hat zu mehr Einweisungen durch niedergelassene Psychiaterinnen und Psychiater und Hausärztinnen und Hausärzte geführt. Die Zusammenarbeit ist gut und hat sich stark verbessert.

Was sind die ersten Rückmeldungen dieser Patienten und ihrer Familien? Schätzen sie es, ein Zentrum zu haben, das für die deutschsprachige Bevölkerung bestimmt ist?

Die Patienten und ihre Familien sind dankbar für dieses Angebot und finden es positiv, dass sie in der Nähe ihres Wohnorts eine kompetente Behandlung erhalten und durch ein solches Angebot unterstützt werden. Der Standort ist für die deutschsprachigen Bezirke des Kantons gut erreichbar, sei es von der Stadt aus oder über die Autobahn, und es ist eine sehr gute Zusammenarbeit sowohl mit den Familien als auch mit den ambulanten Angeboten in der Umgebung möglich. Dabei handelt es sich insbesondere um gemeindenahere Angebote, mit denen die Patienten zu Hause unterstützt werden, um Wohnangebote für Menschen mit

«Die Patienten sind dankbar für dieses Angebot.»

psychischen Schwierigkeiten, die durch einen rehabilitativen Ansatz mittelfristig zur Stabilisierung vieler Situationen beitragen, und um die Gemeinden, weil die Zusammenarbeit mit den Sozialdiensten intensiv sein kann.

Wie lautet Ihre Bilanz?

Die Arzt-Pflege-Teams sind sehr zufrieden mit dieser Entwicklung und den neuen Möglichkeiten, psychotherapeutische Interventionen zu koordinieren und die Patienten über den Verlauf ihrer psychischen Erkrankung zu begleiten. Die Patienten können ambulant behandelt werden, im Rahmen einer Krisensituation stationär aufgenommen werden und ihre Behandlung anschliessend in der Tagesklinik fortsetzen. Auf der Ebene des strategischen Managements wurde nun die kritische Grösse erreicht, die spezifische Programme ermöglicht. In dieser Hinsicht eröffnen sich wiederum Synergien mit den französischsprachigen Angeboten, die bereits etabliert sind. Die Kompetenzen sind zunehmend vorhanden, um diesen Wissenstransfer zu leisten und letztlich die Qualität der Behandlung zu verbessern. ●

DAS INTERVIEW FÜHRTE
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond

REPORTAGE

In der Notfall- psychiatrie des FNPG

Die kantonale Notfallpsychiatrie befindet sich im Zentrum für integrierte psychiatrische Versorgung des FNPG. Von hier aus werden die Behandlungsanfragen an die zuständigen Dienste weitergeleitet.

8:50

Es ist fast 8.45 Uhr in der Notfallpsychiatrie des FNPG im Zentrum für integrierte psychiatrische Versorgung in Villars-sur-Glâne. Zwei Pflegefachpersonen kümmern sich umgehend um eine junge Frau, die in der Nähe des Empfangs gewartet hat. Die Patientin ist anscheinend eine Slawin und wirkt etwas verloren. Doch die Beziehungskompetenz des Zweierteams beruhigt sie sofort. Isaline Gardiol, Stellvertretende Stationsleiterin, schaut ihnen nach, als sie sich entfernen. Heute kümmert sie sich nicht darum, den Zustand der Patientin einzuschätzen und die Patienten, die in der Notaufnahme erscheinen, den geeigneten psychiatrischen Diensten zuzuweisen. Ihre Funktion im Bereich der Patientenaufnahme ist komplex und vielseitig, wie es für die anderen Teammitglieder der Fall ist, die alle erfahrene Klinikerninnen und Kliniker sind. Heute arbeitet Isaline Gardiol in der Zuweisungsplattform bzw. der Notrufzentrale, dem Herzstück der Notfallpsychiatrie. In dieser Funktion nimmt sie alle telefonischen Anfragen entgegen und weist die Hilfesuchenden

dem geeigneten Dienst zu. Kompetenzen in psychischer Gesundheit, in Helferbeziehungen und in klinischer Beurteilung stehen im Mittelpunkt ihres Berufs.

An diesem Morgen wählt eine besorgte Mutter die Nummer 026 305 77 77, die Nummer der kantonalen Notfallpsychiatrie. Isaline Gardiol nimmt den Anruf entgegen. Sie ist darin ausgebildet, die Anfrage und die Dringlichkeit der Lage einzuschätzen, und stellt eine Reihe präziser und direkter Fragen, um das Anliegen und die Problematik, die dem Anruf zugrunde liegt, bestmöglich zu erfassen. Parallel zu dieser Beziehungs- und Einschätzungsarbeit erfasst sie die Daten auf einem ihrer drei Bildschirme, um diese Mutter später dem geeigneten Dienst zuzuweisen.

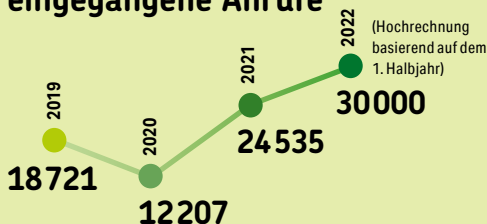
Nach mehreren Minuten ist die Beurteilung abgeschlossen: Die Ausführungen der Mutter legen den Schluss nahe, dass ihr sechsjähriges Kind an einer Zwangsstörung leidet. Die Mutter ist zum ersten Mal mit dieser Problematik konfrontiert. Es bereitet



Das Team der kantonalen Notfallpsychiatrie, einschliesslich der Mitarbeitenden der Zuweisungsplattform, trifft sich zur Besprechung der aktuellen Ereignisse, der Termine, der Tagesplanung und der stationären Kapazitäten.

In Zahlen

Unter 026 305 77 77 eingegangene Anrufe



Team der Notfallpsychiatrie und Telefontriage

21
PERSONEN

+75%

mehr Anrufe
in 4 Jahren

Unter der Nummer 026 305 77 77 erreichen Sie die kantonale Notfallpsychiatrie. Die Person, die Ihren Anruf entgegennimmt, gehört zur Zuweisungsplattform des FNPG. Sie hört Ihnen zu und wägt mit Ihnen ab, was in Ihrer Situation die beste Option ist, z. B. ein erster Termin im Ambulatorium oder eine Notfallkonsultation.

Gesundheitsfachpersonen können über die Telefontriage der kantonalen Notfallpsychiatrie Hospitalisationen und tagesklinische Behandlungen vereinbaren; Noteinsatzkräfte können über diese Nummer das Mobile Team für psychosoziale Notfälle anfordern.

FOKUS ... FNPG Freiburg

PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM HERZEN DER STADT

ihr Mühe, die klinischen Zusammenhänge und die Notwendigkeit einer spezialisierten psychiatrischen Behandlung zu verstehen. Isaline Gardiol meldet sie beim Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie an. Dieses wird sie für eine Terminvereinbarung direkt kontaktieren.

Nach dem Gespräch kommentiert Isaline Gardiol: «Diese Mutter hat uns auf Anraten ihres Arztes angerufen. Es war eine ziemlich klassische Anfrage.» Dies traf auch auf den vorangegangenen Anruf eines Psychiaters zu. Dieser hatte um eine schnelle Einweisung eines Patienten gebeten, der sich in tiefer psychischer Not befand und stark suizidgefährdet war. Akute Situationen zu erkennen ist in dieser Abteilung von entscheidender Bedeutung. Es geht darum, die Bedürfnisse und das Anliegen der Anrufenden rasch zu erfassen, sie gegebenenfalls zu beruhigen und ihnen wenn nötig einen zeitnahen stationären Aufenthalt anzubieten.

In der notfallpsychiatrischen Abteilung gewährleisten die Mitarbeitenden der Pflege neben dieser Triagearbeit auch Kriseninterventionen. Dabei handelt es sich um ambulante Kurztherapien für Patienten in Krisensituationen, die weder eine Langzeitbehandlung noch einen stationären Aufenthalt erfordern.

Isaline Gardiol, die die Entwicklung dieses Dienstes als Pflegefachfrau miterlebt hat, über die Relevanz dieses Angebots im Versorgungssystem: «Vor der Schaffung der kantonalen Notfallpsychiatrie im Jahr 2018 wiesen wir viel mehr Patienten dem HFR zu. Die Telefontriage war nur von Montag bis Freitag in Betrieb, heute dagegen sieben Tage die Woche rund um die Uhr. Heute erhalten wir viel mehr Anrufe (2019: 18 000; 2021: 24 000). Covid-19 hat diesen Trend mit der Entstehung einer Zielgruppe noch verstärkt; 2021 verzeichnete die Notfallpsychiatrie einen 40 %-igen Anstieg der Fälle von 18-Jährigen. Sie waren plötzlich isoliert, obgleich das Bedürfnis, in einer Gruppe zu sein, in diesem Alter gross ist. Nie zuvor mussten wir

Rekordtag

120 Anrufe mit Einschätzung

15 Notfallkonsultationen



so oft die Notfall-Kinder- und Jugendpsychiaterin bzw. den Notfall-Kinder- und Jugendpsychiater anrufen ... Die Lage hat sich inzwischen etwas beruhigt, aber die Folgen von Covid-19 sind immer noch spürbar; wir erhalten viele Anrufe von Menschen, die Angstsymptome haben.»

Den Betrieb der Zuweisungsplattform gewährleisten tagsüber zwei Pflegefachpersonen; nachts eine Pflegefachperson in Zusammenarbeit mit dem Team einer stationären Abteilung.

Isaline Gardiol fasst die Arbeit der Zuweisungsplattform wie folgt zusammen: «Im Grunde genommen prüfen wir bei einem Anruf die Anfrage und den Behandlungsbedarf und versuchen, für den Patienten und seine Familie mit Blick auf den Kontext und die verfügbaren Ressourcen die beste Lösung zu finden. Ein stationärer

13:00

Aufenthalt ist nicht immer zweckmässig. In Zeiten der Überbelegung müssen wir mit den verfügbaren Betten jonglieren und wir müssen deshalb immer sorgfältig prüfen, ob die Anfrage dringend ist. In jedem Fall müssen wir eine angemessene Lösung anbieten.»

Ihr Kollege Olivier Castella erklärt, dass es nicht wirklich einen typischen Tagesablauf gebe. «An einem

Zweite Teamsitzung des Tages. Wie in der ersten Sitzung verschafft sich das Team einen Überblick über die Zahl der Notfallkonsultationen, die Bestände, die stationären Kapazitäten und die Bereitschafts- und Hintergrundärzte.

die Rolle der Pflege vielfältig und anspruchsvoll. So individuell die Arbeit ist, so wichtig ist es, dass wir im Team darüber sprechen», erklärt Isaline Gardiol. «Seinen Humor nicht zu verlieren ist ebenfalls sehr wichtig. Letztendlich hat jeder seine eigene Strategie. Was mich angeht, treibe ich viel Sport und lese gerne nicht allzu ernste Bücher.» Olivier Castella legt nach: «Wir sind ein Team, aber jeder hat



Jugendliche +40%

2021 verzeichnete die kantonale Notfallpsychiatrie einen 40-prozentigen Anstieg der Fälle von 18-Jährigen.

Tag können wir drei Anrufe haben – aber genauso gut auch dreissig. In arbeitsintensiven Zeiten ist es ziemlich hart, weil wir etwa acht Stunden am laufenden Band arbeiten.» Isaline Gardiol sagt, sie hätten kürzlich einen rekordverdächtigen Tag verzeichnet: etwa 15 Notfallkonsultationen und 120 Anrufe mit Einschätzung ...

Wie gehen sie emotional mit all diesem psychischen Leid um? «Es kann sehr schwierig sein. Man spürt viel Leid, das auch durch Gewalt hervorgerufen sein kann, aber die menschliche Dimension ist spannend und

seine eigene Technik. Es stimmt, dass es manchmal hart ist, aber wir sind hier, weil wir es wollen.»

Um die Funktion der «Eingangstür, Voraburteilung und Zuweisung» erfüllen zu können, brauchen die Pflegefachpersonen der Notfallpsychiatrie Fachwissen in psychischer Gesundheit und in der klinischen Beurteilung, eine gute Kenntnis des Versorgungsnetzes, Organisationskompetenz, EDV-Kenntnisse und persönliche und berufliche Reife. «Wer sich für diese Stelle interessiert, sollte Erfahrung, eine geeignete Ausbildung und die Bereitschaft zum ständigen Weiterlernen mitbringen», betont Isaline Gardiol. «Zudem müssen unsere Leistungen zweisprachig sein, was eine zusätzliche Anforderung bei der Personalrekrutierung darstellt.» ●

TEXT
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond

INSIGHTS

Was ist forensische Psychiatrie?

Die forensische Psychiatrie umfasst zwei Teilgebiete bzw. Abteilungen. In einen geht es um die Erstellung psychiatrischer Gutachten und im anderen insbesondere um psychiatrische Therapien für Gefängnisinsassen.



Das Team der forensischen Psychiatrie war vorher in einem Gebäude am Boulevard de Pérolles untergebracht. Seit November 2020 befindet es sich im Zentrum für integrierte psychiatrische Versorgung des FNPG Freiburg. Ein Vorteil für die Synergien, die dort möglich sind, und ein Vorteil auch für das Arbeitsklima in diesem Team, das in einem schwierigen Umfeld tätig ist.

Die forensische Psychiatrie ist ein Spezialgebiet der Psychiatrie an der Schnittstelle zwischen Psychiatrie und Recht, so Dr. Rigobert Hervais Kamdem, Leitender Arzt

des Zentrums für forensische Psychiatrie des FNPG. Es handelt sich um eine ziemlich neue Disziplin, die nur etwa drei Jahrzehnte alt ist. In Freiburg wurde das Zentrum im Juni 2012 ins Leben gerufen und im Februar 2013 offiziell eröffnet, so Dr. Kamdem weiter.

Das Zentrum umfasst zwei Abteilungen: zum einen die Abteilung für Begutachtung, die unter der Leitung von Dr. Kamdem für die Straf- und Ziviljustiz und die Versicherungen Gutachten erstellt. Die Gutachten betreffen in erster Linie die Frage, ob bei jemandem eine psychische Störung vorliegt, ob jemand strafrechtlich schuldig ist, strafrechtlich

Das Team erstellt im Durchschnitt rund 100 psychiatrische Gutachten pro Jahr.



Gefängnisse sind naturgemäss Orte, wo die psychische Gesundheit störungsanfälliger ist. Die Fachpersonen der forensischen Psychiatrie gewährleisten die psychiatrische Versorgung im Freiheitsentzug.

rückfällig werden könnte und ob eine eventuelle Behandlung bei jemandem die Rückfallgefahr reduzieren könnte.

Die andere Abteilung des Zentrums ist die Abteilung für Therapien, die sich um die psychiatrische Versorgung der rund 90 Insassen des Zentralgefängnisses in Freiburg und der rund 200 Insassen des Standorts Bellechasse in Sugiez kümmert. Die Abteilung für Therapien erbringt auch behördlich angeordnete ambulante Leistungen ausserhalb der Gefängnismauern.

Die Arbeit ist ziemlich intensiv: Das Team ist fast täglich in Bellechasse

tätig und zweimal wöchentlich im Zentralgefängnis. Zwischen 2015 und 2020 hat sich die Zahl der jährlich erbrachten forensisch-psychiatrischen Konsultationen verdoppelt, indem sie von über 1000 auf fast 2200 anstieg. Die Zahl der Gutachten beträgt dagegen durchschnittlich 90–100 pro Jahr. Das Team umfasst gegenwärtig zwölf Mitarbeitende für 8,2 Vollzeitäquivalente (VZÄ) und wird bis Ende des Jahres auf vierzehn Mitarbeitende (10 VZÄ) anwachsen.

Die psychischen Störungen, denen das Team in den Gefängnissen am häufigsten begegnet, sind Persönlichkeits-, Abhängigkeits- und

psychotische Störungen. Dazu kämen noch Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen, so Dr. Kamdem. Auch seien Suizidgedanken ein Problem. Diese kämen in Untersuchungshaftanstalten wie dem Zentralgefängnis jedoch öfter vor als in Strafvollzugsanstalten. Diese Problematik hänge mit Anpassungsstörungen zusammen, indem kürzlich Verhaftete eine ängstlich-depressive Reaktion entwickeln könnten. Dies sei oft eine heikle Phase, in der Suizidgedanken entstehen könnten. ●

TEXT
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond

GESPRÄCH MIT ROSE-MARIE RITTENER

«Wir müssen die psychiatrische Versorgung weiter destigmatisieren»

ROSE-MARIE RITTENER IST ZUR PRÄSIDENTIN DES VERWALTUNGSRATS DES FNPG GEWÄHLT WORDEN. SIE ENGAGIERT SICH SEIT LANGEM IM BEREICH DER GESUNDHEIT UND MACHT KEINEN HEHL DARAUS, DASS DIE KÜNFTIGEN HERAUSFORDERUNGEN ENORM SIND.

Rose-Marie Rittener

Rose-Marie Rittener ist die neue Präsidentin des Verwaltungsrats des FNPG, an der Seite des neuen Vizepräsidenten André Schneuwly. Sie beide und Dr. Daniel Cornaz wurden für die Amtsperiode 2022–2027 als Verwaltungsratsmitglieder wiederernannt. Neue Verwaltungsratsmitglieder sind Maryse Aebischer, Anouk Marmier Osiek und Staatsrat Jean-François Steiert.

Was wird mit *Tilt!*, dem Magazin für psychische Gesundheit im Kanton Freiburg, bezweckt?

Mit dem Magazin *Tilt!* sollen der breiten Öffentlichkeit Themen der psychischen Gesundheit und die Tätigkeit des FNPG in allgemeinverständlicher Form nähergebracht werden. Psychische Erkrankungen und ihre Behandlung sind immer noch mit Ängsten und einer gewissen Tabuisierung verbunden. Wir müssen die psychiatrische Versorgung weiter destigmatisieren und unser Angebot präsentieren, um den Patienten und ihren Angehörigen eine Orientierungshilfe zu geben.

Der Verwaltungsrat (VR) hat sich kürzlich neu konstituiert. Können Sie uns etwas dazu sagen?

Der VR des FNPG bestand bis am 30. Juni 2022 aus neun stimmberechtigten Mitgliedern und aus sechs Mitgliedern mit beratender Stimme. Seit der Gründung des FNPG vor 15 Jahren hatte die Staatsrätin und Vorsteherin der Direktion für Gesundheit und Soziales (GSD) den Vorsitz inne. 2018 veranlasste der Grosse Rat mit einer Änderung der Spitalgesetze eine Verkleinerung der VR des HFR und des FNPG und die Streichung des Grundsatzes, dass der Staatsrat und Vorsteher der GSD zwingend zu den VR-Mitgliedern zählt. Der neue VR setzt sich mithin aus sieben Mitgliedern zusammen, und der Vorsitz wurde erstmals einer Person ausserhalb des Staatsrats anvertraut.

Was werden Ihre grössten Herausforderungen sein?

Unser Ziel ist es, sicherzustellen, dass die ganze Kantonsbevölkerung Zugang zu hochwertigen Leistungen im Bereich der psychischen Gesundheit erhält, die wissenschaftlich fundiert und humanistisch geprägt sind. Dies stellt im aktuellen sozialen und gesundheitlichen Kontext eine enorme Herausforderung dar – sowohl finanziell als auch personell. Die Statistiken sind klar: Der Bedarf an psychiatrischer Versorgung in der Bevölkerung steigt. Die finanziellen Mittel, die wir erhalten, sind jedoch begrenzt. Die Krankenversicherer üben starken Druck aus, um die Leistungskosten einzudämmen oder zu senken, und die Staatsbeiträge für gemeinwirtschaftliche Leistungen stagnieren. Es ist sehr schwierig, für neue Entwicklungsprojekte eine Finanzierung zu finden. Ausserdem hängt die Qualität unserer Leistungen direkt von der Qualität des Behandlungspersonals ab, das wir einstellen können. In der Schweiz hat es nicht genügend Ärztinnen und Ärzte, Pflegefachpersonen und Therapeutinnen und Therapeuten, die auf psychische Gesundheit spezialisiert sind, und die Personalrekrutierung gestaltet sich schwierig. Im Kanton Freiburg wird dieses Problem durch die Zweisprachigkeit noch verschärft.

Sie haben es mit dem Magazin *Tilt!* angedeutet: Gehört auch die Kommunikation zu den künftigen Herausforderungen?

Das ist in der Tat so. Und diese Herausforderung knüpft an die zuvor erwähnten Herausforderungen an.

«Unsere Werte: Solidarität, Respekt und Teilen.»

Die Öffentlichkeit muss verstehen, was wir tun, und unsere Geldgeber müssen motiviert werden, uns die nötigen Mittel zu gewähren. Wir müssen die Kommunikation und den Dialog mit allen Beteiligten stärken.

Sie sind schon lange im Bereich der Gesundheit tätig. Kann man sagen, dass dies Ihre Berufung ist?

Mein Engagement im Bereich der Gesundheit beruht auf meinen Werten. Es liegt mir am Herzen, mich für die Verwundbarsten in der Gesellschaft einzusetzen und Werte wie Solidarität, Respekt und Teilen zu fördern. Im FNPG wollen wir diese Werte verwirklichen und die Bedürfnisse und Erwartungen all jener berücksichtigen, deren Lebensweg durch eine vorübergehende oder länger andauernde gesundheitliche Beeinträchtigung erschwert wird. Diese Werte finden sich auch in der Ethik-Charta des FNPG, die für uns ein grundlegender Ankerpunkt ist und in der ich mich voll und ganz wiedererkenne. ●

DAS INTERVIEW FÜHRTE
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond



Der Neuropsychiater Dr. Boris Cyrulnik lehrt an den Universitäten Toulon (Frankreich) und Mons (Belgien) und hat zahlreiche Bücher verfasst. Für das Magazin *Tilt!* hat er sich Zeit genommen, um unsere Fragen zu beantworten.

«Es ist nicht das erste Mal, dass der Mensch sich mit Tragödien konfrontiert sieht»

Muss man Boris Cyrulnik noch vorstellen?

Der 85-jährige Franzose ist eine Autorität auf dem Gebiet der Resilienz. Dies kommt nicht von ungefähr, wenn man bedenkt, dass seine jüdischen Eltern deportiert wurden, als er noch ein Kind war, und er den Holocaust nur dank der Hilfe verschiedener Personen und Widerstandsnetzwerke überlebte. Gespräch.

E

s wird viel über Resilienz gesprochen. Aber was verbirgt sich eigentlich hinter diesem Wort?

Die Erklärung ist ganz einfach: Es ist die Art und Weise, wie man nach einem Trauma wieder ins Leben zurückfindet. Der wichtige Aspekt ist dabei die Wiederaufnahme der Entwicklung. Gibt es eine solche Wiederaufnahme, dann ist das Interessante daran, welche Faktoren es einem ermöglichen, nach einem Trauma eine neue Entwicklung zu beginnen.

Krieg in der Ukraine, Klimawandel, Pandemie – die Menschheit hat es derzeit nicht einfach. Wie kann man das alles psychisch überstehen?

Es ist nicht das erste Mal, dass der Mensch sich mit Tragödien konfrontiert sieht. Der Homo sapiens kennt dies seit 10 000 Jahren, seit dem Neolithikum. Die Geschichte der Menschheit ist voll von Unglück und Tragödien: kulturelle Tragödien, klimatische Tragödien, Kriegstragödien, epidemiologische Tragödien. Deshalb: Entweder man erholt sich nicht, und das bedeutet dann das Ende eines Individuums, einer Gruppe oder einer Zivilisation – oder man beginnt eine Entwicklung,

mit der man sich in den folgenden Monaten auseinandersetzen muss und die von vielen Faktoren abhängt, mit dem Ziel, eine neue Lebensweise anzugehen.

Ist dies kulturell bedingt? In den USA zum Beispiel wird Resilienz oft mit ihrer Bevölkerung in Verbindung gebracht.

Das Wort Resilienz ist im angelsächsischen Kulturkreis geläufig und hat vielleicht nicht ganz die gleiche Bedeutung wie im Französischen. Als Paul Claudel Botschafter in den USA war und miterlebte, wie sich während der Krise von 1929 viele Bankiers aus dem Fenster stürzten, konstatierte er auch «die erstaunliche Fähigkeit der Amerikaner, nach dem Ruin neue Projekte zu beginnen», und nannte diese Eigenschaft Resilienz. Wir haben uns diesem Konzept mehr auf der biologischen und anthropologischen Ebene genähert.

Wie sind Sie vorgegangen?

Dank des Neuroimagings weiss man, dass die Funktionsweise von Kindern, aber auch von Erwachsenen sich entwickelt. Das Wort Entwicklung ist aber unbeliebt, weil es impliziert, dass man sich infrage stellt. Dies hat auch Darwin erlebt, der wegen seines Wortes Evolution zunächst verspottet wurde. Heute sehen wir aber, dass Menschen, die bereit sind, mit dem Wort Evolution zu argumentieren, mit

Menschen zusammenprallen müssen, die Gewissheit brauchen und sich auf Gott oder den Staat berufen. Was Darwin damals mit dem Konzept der Evolution vorzuschlagen versuchte, wiederholt sich heute mit dem Konzept der Resilienz.



ActuaLitté

«Resilienz ist die Kunst der Navigation in stürmischen Gewässern.»

Viele junge Menschen haben während der Pandemie gelitten. Gilt Resilienz für bestimmte Altersgruppen mehr als für andere?

In der Adoleszenz kommt es zu einer Auslichtung der Synapsen. Biologisch und mit zunehmendem Alter funktioniert das Gehirn mit weniger Neuronen besser, was ein Zeichen einer guten Entwicklung ist. Die Pandemie aber hat die Jugendlichen isoliert und diesen Prozess gestört. Sie verschanzten sich hinter ihren Bildschirmen, was die Isolation für sie zwar erträglicher machte, sie aber daran hinderte, zwischenmenschliche Kompetenzen zu erlernen. Diese Teenager haben die Auslichtung der Synapsen verpasst, und man sieht, dass sie jetzt nach der Pandemie grosse Mühe haben, die Arbeit wiederaufzunehmen. Wegen der pandemiebedingten sozialen und sensorischen Isolation haben sie nicht gelernt, schnell zu überlegen und zu lernen.

Und wie sieht es bei den älteren Menschen aus?

Ältere Menschen, die nicht mehr besucht werden durften, liessen sich sterben. Es gab dieses Slip-Syndrom, bei dem sie sich in den Tod gleiten liessen. In den medizinischen Diagnosen war oft von Dehydrierung die Rede, was auch stimmte. Aber die Dehydrierung war die



gettyimages

PORTRÄT

Boris Cyrulnik wurde am 26. Juli 1937 in Bordeaux geboren. Er ist Autor zahlreicher Bücher über Psychologie und Lebensgeschichten und eine französische Medienpersönlichkeit. Er ist Neuropsychiater und Psychoanalytiker, leitete eine Forschungsgruppe in klinischer Ethologie am interkommunalen Krankenhauszentrum Toulon – La Seyne-sur-Mer und ist Studienleiter für das Universitätsdiplom in Humanethologie an der Universität Toulon. Er hat das Konzept der «Resilienz» aus den Arbeiten von John Bowlby einem breiten Publikum zugänglich gemacht (Wiedergeburt aus dem eigenen Leid). Boris Cyrulnik betrachtet die Ethologie in erster Linie als «Schnittstelle von Disziplinen».

Er ist Mitglied des Ehrenausschusses des französischen Vereins für das Recht auf einen würdevollen Tod (ADMD) und engagiert sich auch für den Natur- und Tierschutz.

Folge einer emotionalen Deprivation. Diese Menschen haben aufgehört zu essen und zu trinken, weil sie isoliert waren. Das Konzept der Resilienz gibt es also in jedem Lebensalter.

Kann der Staat die Resilienz fördern?

In den Nachkriegsjahren gab es in Frankreich fast 300 000 Waisen. Weltliche nichtstaatliche Organisationen verhalfen vielen von ihnen zu einem besseren Leben. Den Beruf des Erziehers gab es damals noch nicht. Aber eine Erziehung, die auf Zuneigung, Kunst oder Sport beruhte, ermöglichte vielen Kindern die Wiederaufnahme einer guten Entwicklung, was die Definition von Resilienz ist. In Frankreich gibt es derzeit 300 000 Kinder, die der Sozialhilfe anvertraut sind, und ihre Entwicklung ist absolut katastrophal, weil sie mit 18 Jahren auf die Strasse gesetzt werden, ohne etwas gelernt zu haben; sie sind unfähig, ihre Emotionen zu kontrollieren, lernen praxisferne Theorien und die Erziehenden sind überlastet.

Können Sie dies veranschaulichen?

Ich habe in Kolumbien und in den Favelas von Rio in Brasilien gearbeitet. Wenn man sich um die Kinder dort kümmert, kann man vielen von ihnen wieder auf die rechte Bahn helfen. Aber sehr oft wird aufgrund von Vorurteilen nichts für sie getan. Jair Bolsonaro, Brasiliens Präsident, hat die Entsendung von Sozialarbeitern in die Favelas eingestellt und schickt stattdessen Polizeikräfte, mit dem Ergebnis, dass die Kinder, vor allem die Jungen, lernen zu kämpfen und gewalttätig zu sein. Dass es auch anders geht, zeigte der frühere Präsident Lula da Silva: Er entsandte Künstler und Sportler in die Favelas, mit dem Ergebnis, dass 50 % der Kinder motiviert waren, zur Schule zu gehen. Hier zeigt sich die enormen Auswirkungen politischer Entscheidungen auf die Auslösung und Förderung der Resilienz. ●

DAS INTERVIEW FÜHRTE
Kessava Packiry

LEBEN!

DAS LEBEN
MIT EINER
PSYCHISCH
KRANKEN
PERSON
KANN
MANCHMAL
EINE GRATWAN-
DERUNG
SEIN.

Angehörige von psychisch kranken Menschen müssen einen schwierigen Balanceakt vollführen, mit Phasen der Zufriedenheit, der Hoffnung und des Glücks, aber auch mit Phasen der Sorge, Trauer und Wut. Wo kann man in Momenten der Not Hilfe finden? An wen kann man sich wenden, um Informationen und Unterstützung zu erhalten? Es gibt Hilfsangebote.



Psychische Erkrankungen betreffen in erster Linie die Betroffenen, in zweiter Linie aber auch die Familien.

Séverine, 21-jährig

«Die Krankheit meines Bruders brachte unsere Familie durcheinander. Wir erlebten Momente der Einsamkeit, Sorge und Wut und nahmen uns keine Zeit mehr für uns selbst.»

Angehörige sind mit dem Leiden der geliebten Person konfrontiert und erleben akute Situationen, den Verlust von Bezugspunkten, Momente der Zerrüttung oder einfach eine Häufung von Ereignissen, die den reibungslosen Alltag ins Stocken bringen. Gleichzeitig geraten Angehörige häufig in die Rolle des pflegenden Angehörigen. Sie übernehmen regelmässig oder täglich Aufgaben, die es der kranken Person ermöglichen, ihre Selbstständigkeit aufrechtzuerhalten. Angehörige sind subjektiven Belastungen ausgesetzt (persönliches Belastungsempfinden), und objektiven Belastungen (zusätzliche Aufgaben wie Verwaltung, Haushalt, Terminplanung, Transporte usw.). Es ist eine schwere Aufgabe und sie nehmen viel auf ihre Schultern.

Franz, 39-jährig

«Mein Sohn wurde in der Lehre krank. Ich half ihm während der Ausbildung und bei der Vorbereitung der Abschlussprüfung. Ich habe ihm so sehr geholfen, dass ich die Prüfung zum EFZ am Schluss selber hätte machen können.»

In solchen Situationen fehlen Angehörigen manchmal das nötige Wissen über psychische Erkrankungen und die Instrumente für den Umgang damit. Man ist nicht zum Angehörigen eines Menschen mit einer psychischen Störung geboren, man gerät in diese Rolle, manchmal ganz plötzlich – und muss bei null anfangen und alles lernen. Angehörige versuchen

mit ihren Ressourcen und Fähigkeiten, der kranken Person zu helfen. Doch ohne die richtigen Instrumente kann es vorkommen, dass sie ihre Grenzen überschreiten und sich erschöpfen. Im FNPG

haben fast 45 % der Angehörigen im Test einen klinisch relevanten Depressionsscore, bevor sie mit einem unserer Hilfsprogramme beginnen.¹ Solche Symptome der Depression können durch eine angemessene Unterstützung deutlich reduziert werden.

Anna, 28-jährig

«Als mein Mann krank wurde, brauchte ich Hilfe, um zu verstehen, was vor sich ging und wie ich ihn begleiten konnte.»

Das FNPG ist sich der Herausforderungen bewusst, vor denen Angehörige von Menschen mit psychischen Störungen stehen. Seit fast 20 Jahren bietet es Familien über seine Angehörigenhilfe Beistand an. Die Angehörigenhilfe wird vom Sozialdienst des FNPG koordiniert und besteht aus einem interprofessionellen Team mit Erfahrung in der Familienbegleitung. Sie informiert Angehörige über psychische Störungen, mögliche Therapien und das Helfernetz – und begleitet sie bei der Entwicklung von Strategien zur Bewältigung alltäglicher Herausforderungen unter Einhaltung bestimmter Grenzen für ihr eigenes Wohlbefinden und ihre eigene Gesundheit.

Lisa und Marco, 52- und 54-jährig

«Am Anfang dachten wir, unserem Sohn zu helfen bedeute, alles zu akzeptieren, was krankheitsbedingt sei. Im Kurs haben wir gelernt, unsere Grenzen zu setzen und ihm adäquat zu helfen.»



¹ Gemäss einer Untersuchung der Angehörigenhilfe des FNPG an 74 Angehörigen, die an den Kursen des FNPG teilgenommen haben.

Die Treffen finden in einer partnerschaftlichen Atmosphäre statt, die auf Vertrauen beruht und es den Angehörigen auch ermöglicht, Gefühle von Wut und Unverständnis zu teilen und mit einer realistischeren Sicht der Krankheit und des Versorgungssystems eine aktive Helferposition zu entwickeln. Ergänzend dazu steht die Angehörigenhilfe den Familien und Angehörigen für telefonische Beratungen und punktuelle Konsultationen zur Verfügung.

Es ist wichtig, dass Angehörige nicht allein bleiben und das Helfersystem auch für kleinere Dinge beanspruchen. Dies trägt dazu bei, das familiäre Gleichgewicht zu schützen und das Vertrauen in die Fähigkeit der betroffenen Person aufrechtzuerhalten, sich in ihrem eigenen Tempo zu erholen. Der Prozess braucht Zeit und Angehörige müssen lernen, weiterzuleben und sich um sich selbst zu

kümmern. Das kann Überwindung kosten, kann sich aber insbesondere in der Beziehung als sehr bereichernd erweisen. Immer wieder berichten Familien von ihrem Weg und betonen, dass ihre Beziehung dadurch authentischer, empathischer und solider geworden ist.

Andrée, 56-jährig

«Heute feiern wir eine ausgesöhnte Liebe; wir haben uns so eingerichtet, dass wir auf Sicht navigieren können. Für Ihre Hilfe bin ich Ihnen sehr dankbar.»

TEXT

Sabine Corzani, Verantwortliche der Angehörigenhilfe des FNPG

FOTO

Damir Samatkulov

UNSERE HILFSPROGRAMME

CONNEXION FAMILIALE®

Zur Verbesserung des Alltags von Angehörigen von Menschen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung.
13 Sitzungen.

PROFAMILLE+

Zur Verbesserung des Alltags von Angehörigen von Personen mit einer psychotischen oder bipolaren Störung.
13 Sitzungen.

BAOBAB (FÜR KINDER)

Zur Information und Unterstützung von Kindern psychisch kranker Eltern.
6 Treffen.

E-MOTION

Zur Verbesserung des Alltags von Angehörigen von Menschen mit psychischen Schwierigkeiten. Online-Kurs mit fünf Modulen.

KONTAKT



**PLATE-FORME PROCHES
ANGEHÖRIGENHILFE**

026 305 78 00 (die 2 wählen)

pfp@rfsm.ch

www.bit.ly/3qEdlvm





Kinder mit einem psychisch vulnerablen Elternteil

As'trame Fribourg und das FNPG schliessen sich zusammen, um Kinder zu unterstützen

Die psychische Vulnerabilität eines Elternteils kann Familien organisatorisch und emotional belasten, und die Kinder können in komplexe Situationen geraten. Es gibt Hilfsangebote für Familien und Kinder.

Nicht nur Erwachsene können in die Rolle eines Angehörigen eines Menschen mit einer psychischen Störung geraten. Dies betrifft auch junge Menschen, die dann mit Herausforderungen konfrontiert werden, auf die sie nicht vorbereitet sind. Kinder, die mit einem psychisch vulnerablen Elternteil aufwachsen, riskieren, mit heiklen Situationen konfrontiert zu werden, die von der psychischen Erkrankung ihres Elternteils herrühren, aber auch die Rolle eines jungen Helfers übernehmen zu müssen. Dies kann ihre Entwicklung, ihre Schulleistungen, ihre Sozialisierung und ihre persönliche Entfaltung gefährden.

Die Paar- und Familienberatung Freiburg, die die Leistungen der Stiftung As'trame im Kanton

Freiburg anbietet, und die Angehörigenhilfe des FNPG entwickeln mit der Unterstützung des Amtes für Gesundheit und der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz Angebote für betroffene Kinder, Jugendliche und Familien.

Die Paar- und Familienberatung bietet einen Begleitparcours namens «ZigZag» für Kinder und Jugendliche an, der individuell, mit den Geschwistern oder in einer Gruppe besucht werden kann. Der Parcours trägt mit kreativen Mitteln dazu bei, dass sich die Kinder und Jugendlichen mit ihren Erfahrungen und Emotionen anerkannt fühlen und dass ihre Ressourcen und Strategien gestärkt werden. ZigZag bietet auch Beratungen und Informationen über das Helfernetz an.

Auch die Angehörigenhilfe des FNPG hat ein Angebot für Kinder und Jugendliche: Baobab. In Absprache mit den Eltern wird dem Kind ein Raum des Austausches angeboten, in dem es seine Beobachtungen, Fragen, Gefühle und Emotionen anvertrauen kann, Informationen über die psychische Vulnerabilität erhält und bei der Entwicklung von Strategien zur Bewältigung des Alltags begleitet wird.

ZigZag und Baobab koordinieren sich bei der Zuweisung von Familien, die ihre Leistungen in Anspruch nehmen möchten. Rufen Sie uns an!

Zig Zag

Paar- und Familienberatung Freiburg / As'trame Fribourg
026 322 10 14
astramefribourg@officefamilial.ch
www.officefamilial.ch

Baobab

Angehörigenhilfe des FNPG
026 305 78 00 (die 2 wählen)
pf@rfsm.ch
www.bit.ly/3qEemZO

TEXT

Chantal Valenzuela-Schwaller,
Geschäftsleiterin Paar- und
Familienberatung Freiburg
Sabine Corzani, Verantwortliche
der Angehörigenhilfe des FNPG

FOTO

Nicolas Repond



Psymobile, Hilfe für junge Patienten in besonderen Konstellationen

TEXT

Kessava Packiry

FOTO

Nicolas Repond

Psymobile interveniert zu Hause oder im Heim

Es kann Situationen geben, in denen eine ambulante Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit psychischen Störungen vorübergehend nicht möglich ist, z. B. wenn sie jede Behandlung verweigern, die stationären Angebote im Gegenteil übermäßig beanspruchen oder eine intensivere Betreuung benötigen.

Für solche Patienten wurde im Jahr 2011 Psymobile entwickelt, ein interprofessionelles Team bestehend aus Fachpersonen der Psychiatrie, der Psychologie, der Pflege, der Sozialpädagogik und der Sozialarbeit, das vorwiegend zu Hause oder in sozialpädagogischen Heimen interveniert, so Dr. Laurent Holzer, Ärztlicher Direktor des Bereichs Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie des FNPG. Das



Team erarbeitet Strategien für eine bessere Begleitung der Patienten und ihrer Familien.

Mit der Intervention wird ein zweifacher Zweck verfolgt: zum einen, ein Vertrauensverhältnis zum Kind oder Jugendlichen und zu seiner Familie (oder seinem sozialpädagogischen Heim) aufzubauen, und zum andern, das Helfernetz zu reaktivieren, das in der komplexen Situation des Einzelfalls mitunter wenig funktional, zersplittert oder erschöpft sein kann, so Dr. Holzer weiter. Das Team von Psymobile begleitet die Familie durch die Krise, arbeitet mit dem bestehenden Helfernetz zusammen und gewährleistet den Anschluss an die klassischen therapeutischen Angebote.

Nach seiner Gründung war Psymobile eine Zeitlang unterbeansprucht, wahrscheinlich wegen zu restriktiver Indikationskriterien und zu langer Interventionsfristen. 2019 wurde es jedoch neu lanciert. Dr. Holzer präzisiert, 2021 eine Finanzierung zur Stärkung des Teams erhalten zu haben. Psymobile

Psymobile war vorerst unterbeansprucht, wurde 2019 aber neu lanciert

profitiere zudem vom Plan des Staates Freiburg zur Unterstützung der Jugend 2022, in dessen Rahmen die Ausweitung der Leistungen von Psymobile auf Wochenenden und Feiertage finanziert wird. Diese Ausweitung sollte im September 2022 wirksam werden.

Psymobile müsse entwickelt werden, vertritt Dr. Holzer entschieden. Psymobile sei die natürliche Schnittstelle zwischen der stationären Abteilung, dem Ambulatorium und allen Schlüsselakteuren des Netzwerks. Ein solches Team sei eine gute Lösung in kritischen Situationen, mit denen die Jugendstation konfrontiert sein könne.

Sprechen minderjährige Patienten mit Problemen in der Familie oder im Heim auf die stationäre Behandlung nicht an, könne es die Betreuung im gewohnten Umfeld unterstützen. Für Patienten, die sich jeder Behandlung widersetzen, könnte Psymobile auch eine behördlich angeordnete Behandlung im gewohnten Umfeld gewährleisten.

Schliesslich habe Psymobile auch einen präventiven Nutzen, indem es die Früherkennung von Hochrisikopatienten fördere und das Risiko von Chronifizierungen verringere. ●



Laurent Holzer

Dr. Laurent Holzer ist Ärztlicher Direktor des Bereichs Alterspsychiatrie und -psychotherapie des FNPG.

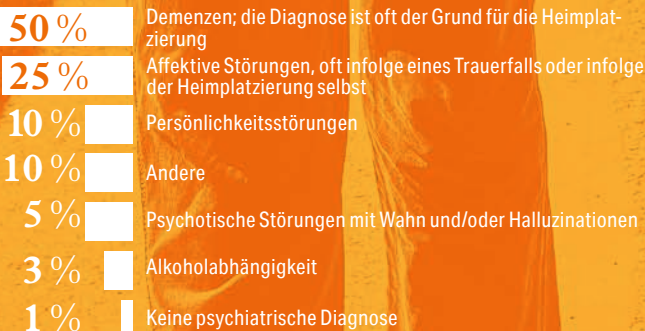
Liaisonpsychiatrie in den Pflegeheimen

«Unser Ziel ist, dass sich
die Patienten an ihrem
Lebensort wohlfühlen»

Dr. Samia Hakimi beleuchtet die Rolle der Alterspsychiatrie
in den Pflegeheimen.

Beispiele häufiger Diagnosen

HÄUFIGSTE DIAGNOSEN (KUMULATIONEN SIND MÖGLICH)



DURCHSCHNITTSALTER DER PATIENTEN



EINSÄTZE PRO JAHR



ÄLTERE MENSCHEN

Die Visiten der Fachärzte für Alterspsychiatrie in den Pflegeheimen erfolgen auf Anfrage des Pflegepersonals der Pflegeheime. Die Konsultationen helfen somit nicht nur den Heimbewohnenden, sondern auch dem Pflegeheimpersonal.

In nur einem Prozent der Fälle wurde keine psychische Störung diagnostiziert. Der Alterspsychiatrie scheint die Arbeit somit noch lange nicht auszugehen. Dr. Samia Hakimi wird dies nicht in Abrede stellen. Die Ärztliche Direktorin des Bereichs Alterspsychiatrie und -psychotherapie des FNPG möchte die Bedeutung der Konsultation-Liaison in den Pflegeheimen in Erinnerung rufen.

Fünf Ärztinnen und Ärzte für fast fünfzig Pflegeheime

Was ist Liaisonspsychiatrie? Es geht um Visiten der Fachärztinnen und Fachärzte für Alterspsychiatrie in den Pflegeheimen auf Anfrage des Pflegeheimpersonals, so Dr. Hakimi. Im Kanton Freiburg schloss das FNPG mit der grossen Mehrheit der rund fünfzig Pflegeheime Verträge ab, in denen die Häufigkeit der Visiten meist auf einmal im Monat festgelegt wurde. Dazu seien sie nur fünf Ärztinnen und Ärzte, und sie sei die einzig deutschsprachige, so die polyglotte Deutsch-Algerierin, die sich nun also um die deutschsprachigen Pflegeheime des Kantons kümmert. Während dieser halbtägigen Visiten sprechen die Ärztinnen und Ärzte mit dem Heimpersonal und den Heimbewohnenden. Am Schluss der Konsultation werde

dem Heimpersonal und den behandelnden Ärztinnen und Ärzten Bericht erstattet, so Dr. Hakimi weiter. Diese oder die Allgemeinmediziner und -medizinerinnen der Pflegeheime würden dann eventuelle Medikationsänderungsvorschläge umsetzen. Ihr Team kümmere sich auch um die Schwierigkeiten des Heimpersonals mit den Heimbewohnenden. Das Ziel sei, dass sich die Patienten an ihrem Lebensort wohlfühlen.

Der Bedarf der Pflegeheime nimmt zu

Das Team von Dr. Hakimi umfasst auch erfahrene Pflegefachfrauen und eine Psychologin, die ebenfalls Visiten machen und dadurch die Ärztinnen und Ärzte entlasten. Sie haben aber eine andere Rolle: Die Pflegefachfrauen tauschen sich mit dem Heimpersonal z. B. über Arbeitsverfahren aus, während die Psychologin eher Angehörige betreut, z. B. beim langsamen Abschiednehmen von ihren Liebsten.

Das Team von Dr. Hakimi deckt heute 85 % der rund 3000 Freiburger Heimbetten ab. Es macht jährlich rund 500 Konsultationen und 700 Liaisons (Beratung des Heimpersonals bei Problemen mit den Bewohnenden oder den Familien). Es stellt fest, dass der Bedarf der Pflegeheime zunimmt.

Dr. Hakimi will diesem Bedarf entsprechen, zumal eine frühzeitige Behandlung affektiver Störungen teure und stigmatisierende stationäre Aufenthalte zu vermeiden hilft. Sie möchte das psychiatrische Angebot erweitern, verbessern und dem Bedarf anpassen und auch das pflegefachliche und psychologische Angebot ausbauen. Die Schulung des Pflegeheimpersonals bleibe eine Priorität. ●



Dr. Samia Hakimi

Dr. Hakimi ist seit dem Frühling 2022 Ärztliche Direktorin des Bereichs Alterspsychiatrie und -psychotherapie des FNPG. Sie hat 30 Jahre Erfahrung in kognitiver Verhaltenstherapie und ist Expertin in Schlafmedizin.

TEXT
Kessava Packiry
FOTO
Nicolas Repond

FORSCHUNG

Expositionstherapie in virtueller Realität

Abhängigkeitskranke, die abstinent sein möchten, sind mit vielfältigen Versuchungen konfrontiert, die einen Rückfall zur Folge haben können. Die Expositionstherapie in virtueller Realität (kurz: VR-Exposition) könnte da Abhilfe bringen, so Dr. Rafik Bouzegaou, Dr. André Kuntz und Prof. Isabelle Gothuey, Ärztliche Direktorin des Bereichs Erwachsenenpsychiatrie und -psychotherapie des FNPG.

In der «Revue médicale suisse» erklären die drei Experten, dass die schrittweise Exposition von Patienten gegenüber Angstreizen, bis die Angstreaktion schliesslich unterbleibt, eine Expositionsstrategie der kognitiven Verhaltenstherapie ist, die sich auch in der virtuellen Realität praktizieren lässt. In der VR-Exposition wird die physische Anwesenheit des Patienten in einer künstlichen, dynamischen 3D-Umgebung simuliert, mit der er interagieren kann. Zu diesem Zweck trägt der Patient eine VR-Brille.

Auslösende Reize verstehen

Die Idee ist, diejenigen Reize zu analysieren und besser zu verstehen, die ein unwiderstehliches Verlangen (Craving) im Patienten auslösen, und gestützt darauf Strategien zu entwickeln, mit denen sich das Rückfallrisiko möglichst reduzieren lässt. Die VR-Exposition hat da mehrere Vorteile. Bei einer Person mit Flugangst z. B. liegen sie auf der Hand: Patient und Therapeut müssen nicht

jedes Mal ein Flugzeug besteigen, um das Problem allmählich in den Griff zu bekommen.

Vielversprechende Ergebnisse

Schon seit mehreren Jahren werde die VR-Exposition in der Behandlung psychischer Störungen eingesetzt und werde ihre Wirksamkeit untersucht, insbesondere bei Angststörungen und Phobien, so die drei Experten. Erste Studien zeigen, dass die VR-Exposition Rückfälle in den Substanzmissbrauch reduzieren kann und wirksamer ist als herkömmliche Behandlungen. Die Wirksamkeit der VR-Exposition in Bezug auf die Veränderung des Suchtverhaltens bleibe jedoch umstritten; die Ergebnisse seien eher durchwachsen, wenn auch vielversprechend, so die drei Experten.

Die drei Experten sind jedoch weiterhin davon überzeugt, dass die VR-Exposition ein interessantes Behandlungsinstrument werden könnte, das die derzeitigen Suchttherapien ergänzen kann, weil sie eine Reduzierung des Cravings und des compulsiven Verlangens nach Substanzen oder bestimmten Tätigkeiten ermöglicht. Sie ermöglicht zudem die Ermutigung der Patienten, die Stärkung ihrer Selbstbehauptungskompetenzen und die Stärkung ihres Vertrauens in ihre Fähigkeit, die Kontrolle über ihren Konsum wiederzuerlangen. ●

TEXT
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond



Was?

Der Einsatz der VR-Exposition als Ergänzung zur herkömmlichen Suchtbehandlung ist vielversprechend.

Wieso?

Die VR-Exposition könnte den Patienten helfen, ihre Reaktion auf Suchtreize zu verändern und weniger Suchtdruck zu empfinden.

Wie?

In der VR-Exposition erfolgt die Exposition des Patienten gegenüber den Triggern in einer leicht zugänglichen, sicheren virtuellen Umgebung.

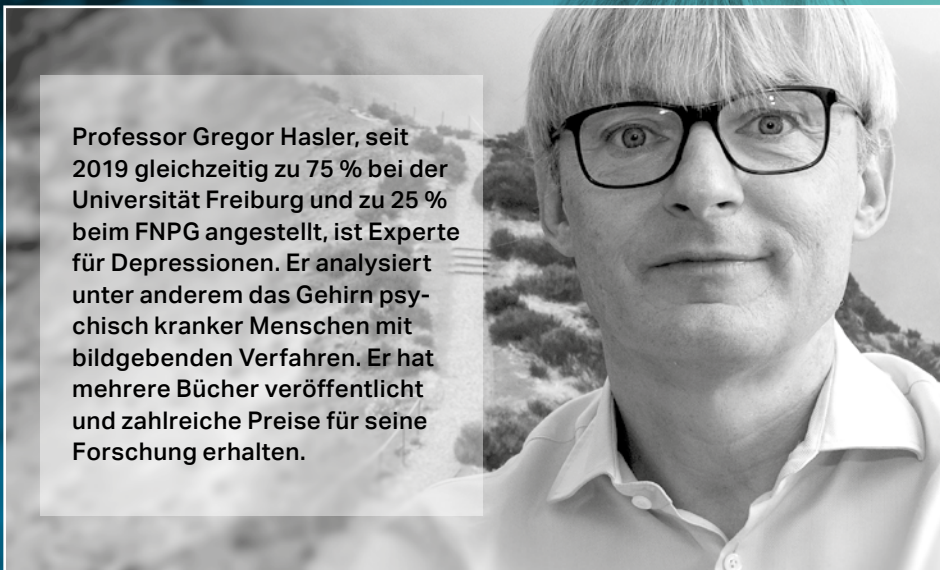
INTERVIEW

Die Depression im Mittelpunkt der Forschung

DAS UNIVERSITÄRE ZENTRUM FÜR PSYCHIATRISCHE FORSCHUNG DES FNPG FÜHRT UNTER ANDE- REM ZWEI SCHLÜSSELSTUDIEN ÜBER [DEPRESSIONEN UND FRÜHPSYCHOSEN](#). GESPRÄCH MIT DEM LEITER DIESER EINHEIT, DEM NEUROWISSENSCHAFTLER GREGOR HASLER.

Prof. Gregor Hasler

Professor Gregor Hasler, seit 2019 gleichzeitig zu 75 % bei der Universität Freiburg und zu 25 % beim FNPG angestellt, ist Experte für Depressionen. Er analysiert unter anderem das Gehirn psychisch kranker Menschen mit bildgebenden Verfahren. Er hat mehrere Bücher veröffentlicht und zahlreiche Preise für seine Forschung erhalten.



Das Universitäre Zentrum für psychiatrische Forschung des FNPG dürfte bald zum Kompetenzzentrum für die Erforschung von Depressionen werden. Gregor Hasler ist Arzt und Professor und leitet die 30-köpfige Abteilung, die im Zentrum für integrierte psychiatrische Versorgung in Villars-sur-Glâne untergebracht ist. Er ist Experte für Depressionen und weist darauf hin, dass die Forschung gute Fortschritte macht.

Seit etwa zehn Jahren untersucht die Abteilung alle Faktoren, die zu einer Depression führen können, so Prof. Hasler. Zu den Schlüsselstudien gehören die Untersuchung des Gehirnstoffwechsels mit bildgebenden Verfahren und eHEALTH, eine Anwendung, die Rückfällen in die Depression vorbeugen soll. Im Zentrum werden auch Patienten behandelt.

Welche konkreten Forschungsprojekte führen Sie derzeit?

In einer Studie konnten wir bei jungen Erwachsenen nachweisen, dass eine geringere Durchblutung des Gehirns die Entwicklung von Depressionen begünstigt. Diese Erkenntnis könnte erklären, warum Frauen, die generell eine schwächere Durchblutung des Gehirns aufweisen, doppelt so häufig an Depressionen leiden als Männer.

Sie interessieren sich auch für schwere psychische Störungen?

Das ist richtig. Das Projekt eHEALTH bezweckt bei Patienten mit schweren psychischen Störungen die Früherkennung möglicher Rückfälle mit einer Smartphone-App. Die App sammelt die Daten der Patienten, während sie sich in einer stabilen Phase befinden (soziale Tätigkeiten, Sport usw.). 2021 haben wir in der Programmierung der App wichtige Meilensteine erreicht und 2022 haben wir mit der Datenerhebung begonnen.

Ihre Forschung führt Sie auch dazu, die therapeutische Wirkung psychoaktiver Substanzen wie

«Die Zusammenarbeit zwischen der Universität und dem FNPG ist für alle Beteiligten von Vorteil.»

Esketamin, LSD oder MDMA zu erforschen?

Ja. 2021 behandelte das Forschungszentrum rund 30 schwer depressive Patienten, die weder auf medikamentöse Therapien noch auf eine Psychotherapie ansprachen, mit Esketamin, LSD, MDMA oder Psilocybin. Das FNPG stellt für diese Therapien optimale Räume zur Verfügung, was massgeblich zu ihrer guten Verträglichkeit beiträgt.

Wie läuft die Zusammenarbeit?

Gut; für unsere klinischen Studien ist es wichtig, dass wir uns innerhalb einer stationären Struktur bewegen können. Ich habe im Übrigen auch Privatpatienten, die die Infrastruktur des FNPG beanspruchen können. Andererseits kümmere ich mich im FNPG auch um Patienten mit komplexen Krankheitsbildern. Das Projekt eHEALTH schliesslich ist nur in Zusammenarbeit mit einer stationären Struktur des FNPG möglich. Wir werden die Zusammenarbeit künftig verstärken. ●

TEXT
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond

Drei Fragen an

Claudio de Martino

***Bretzel* ist in erster Linie eine Publikation von Patienten für Patienten. Zudem steht sie auch den Besucherinnen und Besuchern der Patienten des FNPG zur Verfügung. Darin werden Zeichnungen, Bilder, Fotos, Texte und Gedichte präsentiert, die die Patienten während oder nach ihrem stationären Aufenthalt erstellt haben.**



Claudio de Martino ...

... ist im FNPG Musiktherapeut und Leiter der Spezialtherapien. Er ist die treibende Kraft hinter *Bretzel* und beantwortet drei Fragen dazu.

Was wird mit *Bretzel* bezweckt?

Die Idee ist, dass diejenigen, die es wünschen, gesehen werden können. Zudem ist es eine Möglichkeit, sich auszudrücken, und es ist eine Möglichkeit, psychische Störungen zu destigmatisieren. Es geht nicht darum, Werke von Patienten zu zeigen, die im Rahmen von Therapien entstanden sind und oftmals Leiden ausdrücken. Es geht darum, kreative Momente zu zeigen, die in den Kunsttherapiesitzungen ermöglicht wurden und hinsichtlich derer jede und jeder selbst entscheidet, ob sie gezeigt werden sollen. Es ist eine Art Schaufenster für das, was die Patienten in ihrem Alltag empfinden.

Bretzel ist ein etwas merkwürdiger Name für eine Publikation. Weshalb dieser Name?

Die Idee war, einen Namen zu finden, der sowohl auf Französisch als auch auf Deutsch funktioniert. Ausserdem benennt er etwas, in das man hineinbeissen möchte und das auch salzig ist. Der Name hat uns sofort gefallen. Wir haben uns auch von einer Berner Publikation inspirieren lassen, die es seit einigen Jahren gibt und die mit einem anderen Verteilmodell funktioniert. Dort werden die Leute eingeladen, Beiträge einzuschicken. Bei uns geschieht dies in den therapeutischen Ateliers, wo wir unsere Patienten über diese Möglichkeit informieren.

Haben Sie das Gefühl, dass die Teilnahme an diesem Projekt Ihren Patienten guttut?

Ja, alle sind begeistert und freuen sich, *Bretzel* zu entdecken. Jedes Mal, wenn ich mit ihnen darüber gesprochen habe, gab es positive Reaktionen, weil sie ihre Kreativität zeigen können. Es ist ein gutes Ausdrucksmittel. Es gibt zwar Patienten, die nicht zeigen möchten, was sie tun, aber insgesamt ist dieses Projekt stimulierend, und wir sprechen vor allem diejenigen an, die bereits künstlerische Fähigkeiten besessen.

TEXT
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond

BRETZEL

KREATIVES SCHAFFEN UNSERER
PATIENTINNEN UND PATIENTEN

F N P G
KUNST
ROHE

Was ist *Bretzel*?

Bretzel ist eine Sammlung von Werken der Patientinnen und Patienten des FNPG. Die Idee dafür stammt von stationären Patientinnen und Patienten und einem interprofessionellen Behandlungsteam des FNPG.

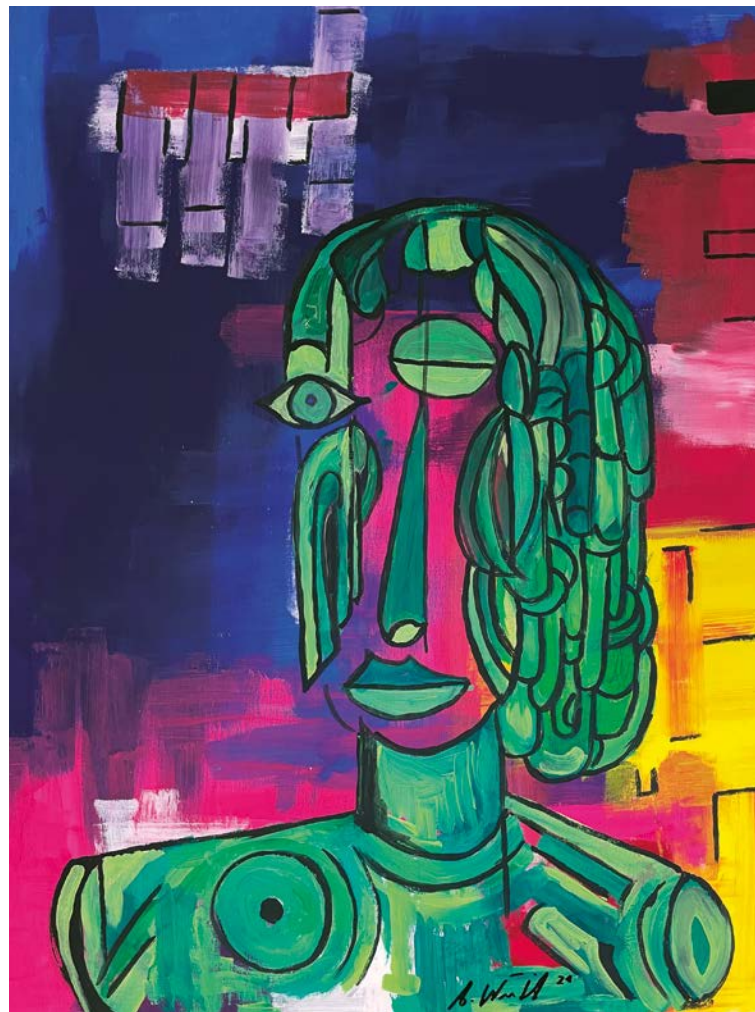
In *Bretzel* werden auf freiwilliger Basis Werke von Patientinnen und Patienten unserer Stationären Behandlungszentren gedruckt – entweder anonym oder mit dem Namen der Urheberinnen und Urheber. Es werden alle Formen von künstlerischem Schaffen akzeptiert.

Die Werke, Texte und Fotografien dieser ersten Ausgabe wurden während oder nach dem stationären Aufenthalt im FNPG erstellt.

Abstraktes
Frauenporträt

Anonym

Acryl auf Holz



«Kreativität entsteht
im Dunkeln – wie das
menschliche Leben
selbst.»

Julia Cameron



Je ne vois plus le ☀ au fond de mon ♥
Et pourtant il brille à l'extérieur (bis)

Quand ça tourne plus rond dans ma tête, que le passé en boucle
se répète, que tout se mêle et que la vie s'emmêle

Je ne vois plus le ☀ au fond de mon ♥

Qu'au lieu de voir le verre à moitié plein, je le vois vide
au top de plein.

Ça déborde de partout et je n'maîtrise plus rien du tout.
J'ai besoin de retrouver l'Amour, de m'aimer
davantage chaque jour.

Pour retrouver le ☀ au fond de mon ♥
autant qu'il brille à l'extérieur (S15 janvier 2022)

Die Schmetterlingsfrau

Jade

Gemischte Technik:
natürliche Materialien,
Draht, Wolle, Rinde.

«Retrouver le soleil
au fond de mon cœur»

(Die Sonne in meinem
Herzen wiederzufinden)

S. J.

Der Text war ursprünglich
für ein Lied gedacht.
Schliesslich wurde
daraus ein Gedicht
mit Illustrationen.

Psychische Gesundheit und Freiheitsentzug

INTERVIEW



Expertin

Dr. Corinne Devaud Cornaz

Die Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie Dr. Corinne Devaud Cornaz ist Leitende Ärztin im Zentrum für forensische Psychiatrie des Kantons Freiburg. Sie leitet die Abteilung für Therapien. Das Zentrum gehört zum FNPG und umfasst die Abteilung für psychiatrische Begutachtung und die Abteilung für Therapien.

Das Schweizerische Kompetenzzentrum für den Justizvollzug (SKJV) hat im Dezember 2021 das «Handbuch psychiatrische Versorgung im Freiheitsentzug» veröffentlicht. Das Handbuch enthält eine Zusammenstellung bewährter Verfahren zur Verbesserung der Versorgung von Personen mit psychischen Störungen in den Gefängnissen. Dr. Devaud Cornaz, Leitende Ärztin im Zentrum für forensische Psychiatrie des FNPG und Leiterin der Abteilung für Therapien, erläutert das Thema der psychiatrischen Versorgung im Zusammenhang mit strafrechtlichen Sanktionen.

Wie ist die psychiatrische Versorgung beim Haftantritt üblicherweise ausgestaltet?

Zuerst führt eine Pflegefachperson des medizinischen Dienstes des Gefängnisses mit den neuen Insassen eine Eintrittsuntersuchung über somatische Aspekte, übertragbare Krankheiten, Suchtfragen und Fragen zur psychischen Gesundheit durch. Je nach Ergebnis wird die Situation dem FNPG gemeldet, das dann so schnell wie möglich einen Termin für ein Evaluationsgespräch vereinbart.

Und danach?

Das FNPG gewährleistet die psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung aller Insassen sowie von Verurteilten in der Bewährungszeit. Diese Versorgung umfasst zum einen psychiatrische Konsultationen zur Aufrechterhaltung oder Anpassung

von Psychopharmaka-Verschreibungen und Opioid-Agonisten-Therapien für Insassen; und zum andern Psychotherapien und ein Case-Management durch Psychologinnen und Psychologen und Pflegefachpersonen unter der Leitung von Psychiaterinnen und Psychiatern. Die Leistungspalette umfasst Kriseninterventionen mit Evaluation und Protokollierung nach dem Standard der Westschweizer Gruppe für Suizidprävention beim Haftantritt, Hilfe bei jeder Form von psychischer Dekompensation zu Beginn und während der Haft, die Evaluation und Begleitung disziplinarischer Isolationshaft, suchtmittelmedizinische therapeutische Gruppen und ambulante Langzeittherapien.

Was ist der Zweck des «Handbuchs psychiatrische Versorgung im Freiheitsentzug»?

Es bezweckt eine Vereinheitlichung der Praxis in den rund hundert



Gefängnissen in der Schweiz. Es richtet sich sowohl an die Entscheidungsträger der Gefängnisse als auch an die Anbieter der psychiatrischen Versorgung aller Kantone.

Welche konkreten Vorschläge enthält es?

Es wird vorgeschlagen, den Zugang zu Weiterbildungen und interprofessionellen Workshops zu fördern. Ausserdem wird vorgeschlagen, die Reibungslosigkeit der Versorgungsleistungen in den Gefängnissen zu verbessern, indem den Entscheidungsträgern der Gefängnisse empfohlen wird, die Zusammenarbeit mit den Versorgungsanbietern der einzelnen Kantone vertraglich zu regeln, wie dies im Kanton Freiburg getan wurde. Die neuen Vereinbarungen zwischen

der Direktion für Gesundheit und Soziales und der Sicherheits-, Justiz- und Sportdirektion wurden im November 2020 unterzeichnet.

Hat die Zahl der Insassen mit psychischen Problemen in Freiburger Gefängnissen zugenommen?

Die Prävalenz chronischer psychischer Störungen wie schizophrener Verläufe (5–7 %), Anpassungsstörungen (30–40 %) und Abhängigkeitserkrankungen (40–50 %) bleibt stabil. Verglichen zur Allgemeinbevölkerung ist die Prävalenz psychischer Störungen bei Insassen jedoch nach wie vor sehr hoch. Erklären lässt sich der Unterschied teils durch das Einsperrtsein, die Trennung von den Angehörigen und das Zusammenleben auf engstem Raum. Da ein immer grösserer Teil der Insassen nach Verbüssung ihrer Freiheitsstrafe weggewiesen wird, nehmen Angst- und depressive Anpassungsstörungen in Verbindung mit selbstschädigendem oder einschüchterndem Verhalten stetig zu. Dies beansprucht die psychiatrischen Teams des FNPG zunehmend, was zuweilen zu Lasten der Versorgung anderer Insassen oder der ambulanten forensischen Versorgung geht, wobei letztere von den verschiedenen Partnern wie der Staatsanwaltschaft, dem

Polizeirichter, dem Zwangsmassnahmengericht und Rechtsanwältinnen und Rechtsanwälten immer stärker nachgefragt wird.

Haben sich die psychischen Probleme der Insassen in den letzten Jahren verändert?

Wie oben angesprochen, sind es die Anpassungsstörungen im Zusammenhang mit Wegweisungen, die die psychiatrischen Dienstleister zunehmend beanspruchen. In den letzten rund zwei Jahren sind weitere besorgniserregende Phänomene aufgetreten. Dazu gehören die Methamphetamin-Abhängigkeit und eine Zunahme schizophrener Störungen unter jungen Insassen, die wegen ihres Migrationshintergrundes besonders schlecht integriert sind und durch die Maschen des aktuellen psychiatrischen Versorgungsnetzes fallen. Diese enden oftmals nach kleineren Delikten in einer Strafanstalt, oftmals in einem psychischen Zustand, der höchstwahrscheinlich eine Klinikweisung zur Folge gehabt hätte, wenn die betroffene Person zu einer anderen Bevölkerungsgruppe gehört hätte. Infolge von Rationierungseffekten hat diese Kategorie von Insassen jedoch keinen Zugang zu stationären Infrastrukturen, weshalb das Handbuch die Empfehlung enthält, dass auch solche Insassen

«Die Vereinheitlichung der Praxis ermöglicht die Verbesserung der psychiatrischen Versorgung im Freiheitsentzug.»

Zugang zu forensisch-psychiatrischen Angeboten haben müssen.

Hat sich die psychiatrische Versorgung im Freiheitsentzug in den letzten Jahren verändert?

Seit 2013 hat sich das Team der Abteilung für Therapien des Zentrums für forensische Psychiatrie des FNPG stetig weiterentwickelt. Nachdem es ganz am Anfang zwei Teilzeitstellen (1,3 VZÄ) umfasste, wird es nun rund 14 Mitarbeitende zählen (fast 8 VZÄ), sobald alle Stellen besetzt sein werden. Dennoch gibt es auf der Ebene der Erbringung dieser Leistungen des FNPG noch Optimierungspotenzial. Das aktuelle Projekt zum Ausbau der Strafanstalt Bellechasse wird in naher Zukunft dazu beitragen, einen Mangel an Räumen zu beheben.

Darüber hinaus setzen die neuen Ansätze den Fokus vermehrt auf das Case-Management und auf den Einbezug theoretischer Grundlagen, die sich im Strafvollzug bereits bewährt haben (therapeutische Gruppen; bifokale, integrierte, dialektisch-verhaltenstherapeutische und delikt fokussierte Therapien). Schliesslich ist eine enge interprofessionelle Zusammenarbeit mit den Gefängnissen, der Kriminologie

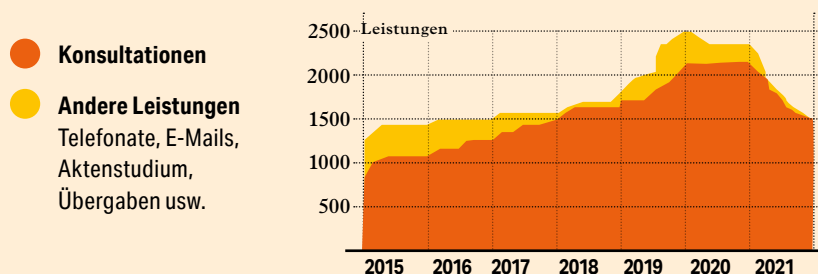
und dem Amt für Justizvollzug und Bewährungshilfe (JVBHA) wünschenswert und wird gegenwärtig ausgebaut, was ebenfalls Ressourcen beansprucht.

Psychische Störungen im Freiheitsentzug können zu Suiziden führen. Wie kann man dies verhindern?

Suizidprävention umfasst auch die Verbesserung der Kontinuität der psychiatrischen Behandlung. Dies setzt eine Stärkung der ambulanten Strukturen voraus, die unverzügliche Benachrichtigung des FNPG über Insassen mit psychischen Problemen und genügend psychiatrisches Personal für die zeitnahe Untersuchung der betreffenden Insassen im Gefängnis. ●

Leistungen der forensischen Teams des FNPG

Von 2015 bis 2020 haben sich die forensisch-psychiatrischen Konsultationen verdoppelt. 2021 hat sich diese Entwicklung wegen Raum- und Personalknappheit etwas verlangsamt.



DAS INTERVIEW FÜHRTE
Kessava Packiry

FOTO
Nicolas Repond

Sechs Ratschläge, um in diesen bewegten Zeiten

SEINE ANGST

zu regulieren und zu reduzieren

Die Pandemie, der Krieg in der Ukraine und anderswo, die Sorge um das Klima und alle anderen unerfreulichen Nachrichten in den Medien können uns im Alltag mehr oder weniger belasten. Angst und Anspannung können sich durch Müdigkeit äussern, durch Schmerzen, somatische Probleme, innere Unruhe, Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme oder einfach durch die Mühe, einen ruhigen Moment zu finden.

Was Sie tun können

1 Sich mit der Situation abfinden

Anerkennen Sie diese Schwierigkeiten und fassen Sie in Worte, wie sie sich in Ihnen bemerkbar machen: Es ist normal, dass Sie in beunruhigenden Situationen wie den oben genannten starke Gefühle und Emotionen empfinden. Nehmen Sie sich kurz Zeit, um sie wahrzunehmen und um zu beobachten, wie und wo sie sich in Ihrem Körper äussern. Sie können sie benennen: «Ich spüre einen engen Knoten im Hals, der sich wie Angst anfühlt.» Denken Sie daran, dass Sie mit diesem Gefühl nicht allein sind. Machen Sie die folgenden Übungen, um sich Linderung zu verschaffen. Wichtig ist, die Emotionen und Gefühle anzuerkennen, statt ihnen aus dem Weg zu gehen. Ein ignoriertes Körpersignal wird so lange auf sich aufmerksam machen, bis es gehört wird!

2 Atmen

Die Atmung ist Ihre ständige Begleiterin. Sie findet weder in der Vergangenheit noch in der Zukunft statt, sondern nur in der Gegenwart. Sie kann Ihnen helfen, den Anschluss an das Hier und Jetzt wiederherzustellen und sich von Zukunftsängsten zu lösen. Achten Sie ein paar Atemzüge lang auf Ihre Atmung und auf alle damit verbundenen Empfindungen. Versuchen Sie nicht, die Atmung zu ändern. Sie können auch ein Tutorial über Herzkohärenz anschauen oder eine App benutzen.



3 Seinen Körper und die Umgebung wahrnehmen

Beobachten Sie sitzend oder stehend, wie sich Ihre Füsse stabil auf dem Boden anfühlen, bewegen Sie eventuell die Zehen, um sie besser zu spüren. Sie können auch ein paar Bewegungen und Dehnungen machen. Beobachten Sie Ihre Umgebung. Dabei können Sie eine kleine Übung machen: Suchen und benennen Sie fünf grüne (oder andersfarbige) Dinge in Ihrer Umgebung, oder fünf Dinge aus Metall, fünf runde Dinge usw. Dies hilft Ihnen, sich wieder mit der Gegenwart zu verbinden. Das ist auch für Kinder hilfreich!

BREATHE BREATHE
BREATHE BREATHE
BREATHE BREATHE

4 Unnötige Medienexposition vermeiden

Bilder, denen wir beim Medienkonsum ständig ausgesetzt sind, können Ängste fördern, vor allem, wenn wir dem Bilderfluss ungeachtet seines Inhalts freien Lauf lassen, wie es in den Sozialmedien oft vorkommt. Entscheiden Sie vorher, welche Informationen Sie erhalten möchten (worüber? wann? wie viel?). Ziehen Sie das geschriebene Wort den Bildern vor. Beschränken Sie die Medienexposition auf einmal pro Tag und vermeiden Sie sie vor dem Schlafengehen.



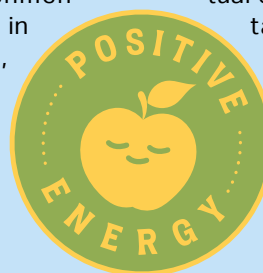
TEXT

Virginie Salamin, Dr. Phil., Psychologin FSP
Florence Guenot, eidg. anerk. Psychotherapeutin



5 Sich mit positiven Personen umgeben

Soziale Unterstützung ist in einem solchen Kontext von grundlegender Bedeutung. Bleiben Sie nicht allein, gehen Sie aus, treffen Sie sich mit Freunden, nehmen Sie an Veranstaltungen in der Nachbarschaft teil, fragen Sie nach, wie es Ihren Angehörigen geht, und lassen Sie etwas von sich hören.



6 Auf eine gesunde Lebensweise achten

Generell gilt, dass Routinen in schwierigen Zeiten umso wichtiger sind: zu festen Zeiten einschlafen und aufwachen und ein Schlafritual einführen, um sich mental auf die Ruhephase vorzubereiten; auf eine abwechslungsreiche Ernährung achten; nicht mehr Alkohol oder Tabak als üblich konsumieren; die körperliche Betätigung aufrechterhalten oder steigern und mindestens eine halbe Stunde Bewegung pro Tag (ob Sport oder andere Aktivität) anstreben; bei somatischen oder psychischen Problemen Rat suchen.





Was sehen Sie im Tintenklecks als Ganzem?

- A- Einen Sternenhimmel, vor dem weisse Wolken vorbeiziehen
- B- Ein Höhlenlabyrinth, in dem merkwürdige Wesen herumlaufen
- C- Eine Unterwasserlandschaft, in der verschiedenste Tiere leben
- D- Dass der Klecks nicht überall ganz symmetrisch ist

Was hatte es unter den ersten fünf Dingen, die Sie gesehen haben, vor allem?

- A- Menschen
- B- Tiere
- C- Gegenstände
- D- Fantastische Wesen

Was stellt das weisse Detail etwa in der Mitte der oberen Hälfte für Sie dar?

- A- Einen Damen-Badeanzug
- B- Jemanden, der ins Wasser taucht und dessen Kopf bereits im Wasser ist
- C- Ein Poulet ohne Kopf (verkehrt herum)
- D- Einen Menschen auf Stelzen (verkehrt herum)

In der Mitte des Bildes sehen Sie die Maske von Darth Vader. Welchen Eindruck macht die Maske auf Sie?

- A- Sie sieht mich böse an
- B- Sie lacht; das ist aber seltsam, weil man Darth Vader nie lachen hört
- C- Darth Vader hat sich als Prinzessin Leia verkleidet, weil er ihren Haarknoten auf seinem Helm trägt (Details an den Seiten oben)
- D- Ich weiss nicht, wer Darth Vader ist



TINTEN- KLECKSE

In Wirklichkeit ist dieser Klecks nicht Teil des berühmten Rorschach-Tests, der kürzlich hundert Jahre alt geworden ist und immer noch aus denselben zehn symmetrischen Klecksbildern besteht. Bei der Interpretation der Antworten wird vor allem auf die Art und Weise geachtet, wie sie gegeben werden, was mehr Aufschluss über die Persönlichkeit der getesteten Person gibt als ihr Inhalt. Bei diesem Test geht es also weniger darum, ob Sie einen Schmetterling oder eine Fledermaus sehen, sondern darum, wie Sie es formulieren!

Keine Sorge, wir werden Ihnen nicht sagen, dass Sie eine Träumerin oder ein Träumer sind, wenn Sie einen Sternenhimmel sehen, oder dass Sie an einem Ödipus-komplex leiden, wenn Sie Darth Vader mit Prinzessin Leia's Haarknoten sehen, die ja seine Tochter ist!

Ergebnis

Anzahl

A

B

C

D

DIE ANFÄNGE DES FNPG

Die ersten Überlegungen zur Schaffung einer kantonalen Anstalt datieren vom Anfang des 19. Jahrhunderts.

Ein langer politischer und medizinischer Weg führte zwei Jahrhunderte später schliesslich zur Gründung des heutigen FNPG.



Anstalt Marsens, ca. 1910



Beschäftigung der Patienten, Anstalt Marsens, ca. 1910



Küche des Spitals Marsens, 1931

P

psychische Störungen sind wahrscheinlich so alt wie die Menschheit selbst. Völker und Kulturen begegneten dieser Realität auf unterschiedlichste Art und Weise. Zur Behandlung psychischer Erkrankungen oder zumin-

dest zur Verringerung des Leidens der Patienten wurden im Laufe der Zeit verschiedenste Methoden erdacht: Opfergaben, Exorzismen und Zauberei, die Anbetung von Heiligen, die Pflanzenheilkunde, die ersten Tollhäuser im 15. Jahrhundert, die Entwicklung der Psychiatrie im 19. Jahrhundert mit den ersten Irren- bzw. Nervenärzten, die Eugenik, die Entwicklung von Tränken und Medikamenten bis hin zu den neuesten technologischen und therapeutischen Fortschritten.

Freiburg war da keine Ausnahme. Bevor 1758 im Spital von Freiburg zwölf Zellen für «Irre» und «Verrückte» gebaut und 1875 die Anstalt Marsens in Betrieb genommen wurde, wurden kranke oder behinderte Menschen in ihren Familien belassen, wo sie oft in erbärmlichen Verhältnissen im Stall angebunden oder in einer Kammer eingesperrt lebten. Patienten aus wohlhabenderen Familien wurden in den Irrenhäusern der Nachbarkantone behandelt.

Anfangs des 19. Jahrhunderts wurden sich die Kantonsbehörden der Notwendigkeit einer kantonalen Anstalt bewusst. Nach langer Suche nach einem geeigneten Standort wurde Marsens als idealer Ort für eine Irrenanstalt befunden, weil es fernab von den Agglomerationen lag. Eine damalige Untersuchung in der Bevölkerung ergab, dass der missliche Zustand der ▶ Fortsetzung S. 49

WERKE UND TAGE

Mehrere Jahrzehnte lang war der Patientenalltag eintönig. Die Abteilungen waren geschlossen und die Patienten kamen nur für landwirtschaftliche Arbeiten nach draussen.

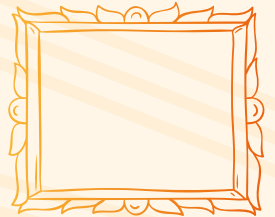
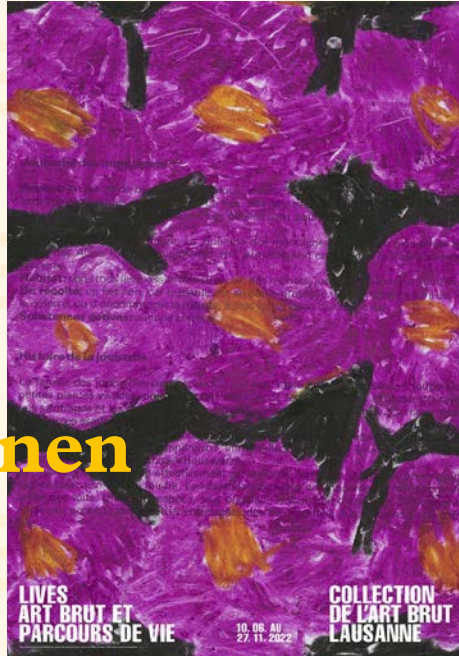
Die Unkenntnis der Mechanismen der psychischen Krankheiten und das Fehlen wirksamer Behandlungen führten das Personal dazu, lärmige Patienten zu isolieren und auf die gefährlichsten Patienten Zwangsmassnahmen anzuwenden.

Die Institution bot den Patienten ein paar Beschäftigungen an, die in den 1950er-Jahren in ihrem Reglement festgehalten wurden: «Ablenkung und

intellektuelle Beschäftigung wie Lesen, Schreiben und Kunst werden in Art und Umfang vom Ärztlichen Direktor verordnet.» Musik, therapeutische Bäder und die Arbeit in der Wäscherei, auf dem Bauernhof, im Haushaltsdienst, auf dem Feld oder auf der Alp gaben im Patientenalltag den Takt an.

Dies änderte sich mit dem Aufkommen neuer Medikamentenklassen. Dr. Maurice Remy schrieb 1955: «Die Kranken konnten viel freier nach draussen – was die Bevölkerung in Staunen versetzte, weil sie nicht daran gewohnt war, «Geisteskranke» alleine oder in Gruppen spazieren zu sehen. (...) So fanden viele Beschäftigungen Einzug in das Spitalleben, das früher ohne jede Annehmlichkeit war, und auch Sport nahm im Spitalleben seinen Platz ein.»

Bestaunen



Website



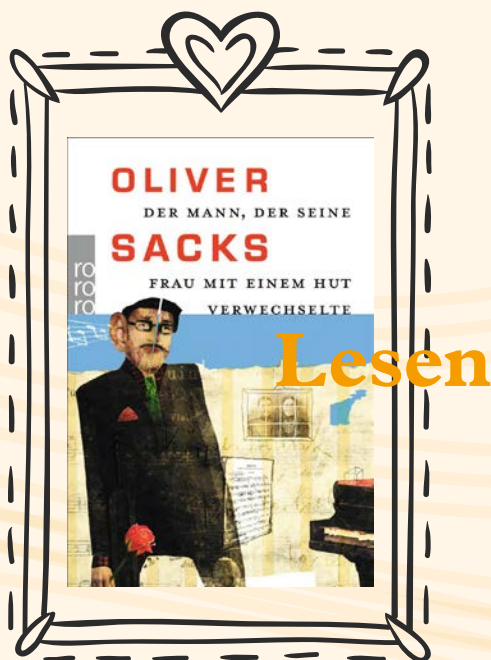
LITERATUR. Ein Musikwissenschaftler tätschelt Hydranten, weil er sie für spielende Kinder hält. Eine 90-jährige Frau bekommt plötzlich wieder Appetit auf junge Männer. Ein Student kann eine Zeitlang riechen wie ein Hund – und vermisst es, als es vorbei ist: Eine winzige Hirnverletzung, ein kleiner Tumult in der zerebralen Chemie, und Menschen geraten in eine andere Welt, in die Gesunde nicht vordringen. Oliver Sacks' Bestseller erzählt von ihnen in 24 faszinierenden Fallgeschichten. Es

handelt sich um kuriose, skurrile und teilweise tragikomische Symptome von neurologischen Erkrankungen. In Kommentaren gibt er dazu auch für Laien verständliche Erläuterungen.

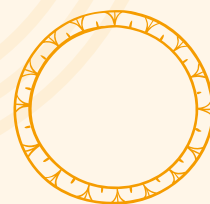
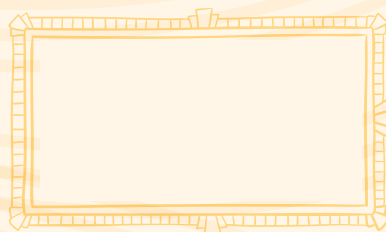
OLIVER SACKS
*DER MANN, DER SEINE FRAU MIT
EINEM HUT VERWECHSELTE*
ROWOHLT, 1990

AUSSTELLUNG. Eine Ausstellung im «Musée de l'Art brut» in Lausanne thematisiert das Kunstschaffen im Alter. Die Schöpferinnen und Schöpfer der Ausstellung

«LIVES. Art Brut et parcours de vie» haben gemeinsam, dass sie alle oder einen grossen Teil ihrer Kunstwerke im hohen Alter geschaffen haben. Nach wichtigen Ereignissen in ihrem Leben haben sie sich die Freiheit genommen, ohne technische oder theoretische Vorkenntnisse künstlerisch tätig zu sein. Die Ausstellung zeigt die Arbeiten von Eugénie Nogarède (1882–1951), Gaston Teuscher (1903–1986), Anna Kahmann (1905–1995), Benjamin Bonjour (1917–2000), Hans Krüsi



Lesen



(1920–1995), Eugenio Santoro (1920–2006) und Madeleine Lanz (1936–2014).

ZU SEHEN BIS AM 27. NOVEMBER 2022,
MUSÉE DE L'ART BRUT
WWW.ARTBRUT.CH

INFORMATIONEN ÜBER PSYCHISCHE GESUNDHEIT. Das Projekt psygesundheit.ch ist das Ergebnis der Zusammenarbeit der Westschweizer Kantone und des Westschweizer Dachverbandes der Organisationen für psychische Gesundheit (Coraasp) unter der Leitung der Gesundheits- und Sozialdirektorenkonferenz der

lateinischen Schweiz (CLASS). Die Website bietet eine Fülle von Informationen und Ratschlägen über psychische Gesundheit.

WWW.PSY-GESUNDHEIT.CH

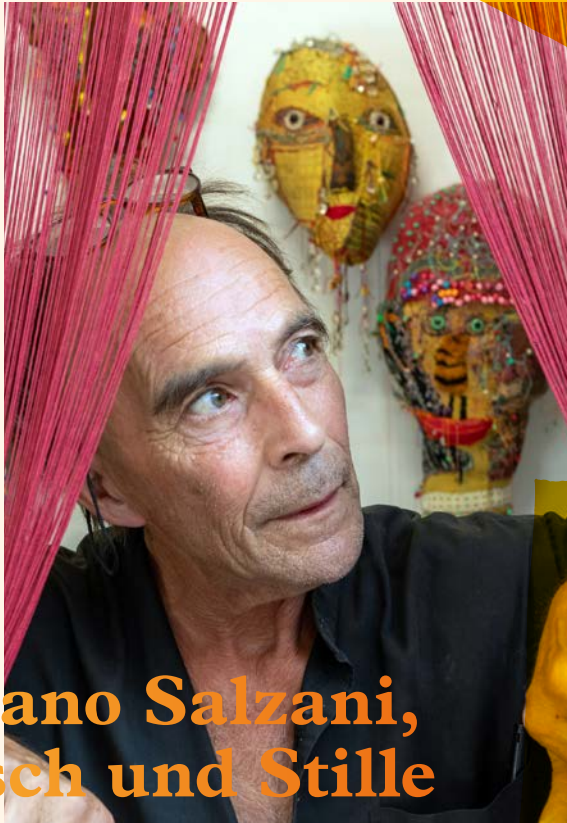
APP. Die Freiburgerinnen und Freiburger können ihr Wissen über sieben psychische Störungen mit einem innovativen PsyQuiz testen, das anlässlich der Tage der Schizophrenie 2022 lanciert wurde. Ziel: Vorurteile und Klischees über psychische Störungen aufgreifen, um sich von Tabus zu befreien, zu destigmatisieren und zum

Handeln anzuregen. Das PsyQuiz soll dazu beitragen, dass Klischees hinterfragt werden, indem es spielerisch über diese Erkrankungen informiert. Denn psychische Störungen wie die Schizophrenie sind behandelbar – und je früher sie erkannt und behandelt werden, desto besser können sich die Patienten erholen!



WWW.SCHIZOGAME.CH

PORTRÄT



Flaviano Salzani, Mensch und Stille

**«ICH BIN
KEIN
BILDHAUER:
ICH NEHME
NICHT WEG,
ICH FÜGE
HINZU.»**



Der Freiburger Künstler stellt seine Werke in Bulle aus.

Flaviano Salzani ist 1957 als Sohn eines italienischen Schusters und einer Greyerzerin in Freiburg geboren und absolvierte die Kunstgewerbeschule in Vevey. Er ist Zeichner, Bildhauer und Szenograf und stellt seit 1980 regelmässig in der Schweiz aus.

«Ich bin kein Bildhauer: Ich nehme nicht weg, ich füge hinzu», pflegt der Künstler gern zu sagen.

Salzani setzt sich mit der Materie und ihrer Modellierung auseinander. Er bevölkert seine Welt der Objekte mit dieser kleinen Gestalt, dem «Uomo», der zu seiner Signatur wird. Die Materie steht im Mittelpunkt dieses Werks, das weniger gemeisselt als szenografiert, modelliert und geformt ist und Narben trägt: durch Flammen verschönerte Erde, ein Geduldsspiel um Wurzeln und Reisen.

In seinen Skulpturen und Gemälden verbindet sich das Ortsgedächtnis mit Schichten und Spuren vergessener Welten. Flaviano

Salzani erweckt als archäologischer Vermesser Spuren von Zivilisationen zum Leben, die aus unserer Erinnerung verschwunden sind. Er kratzt mit dem Schreibgriffel in unsere Überzeugungen und fegt unsere Zweifel ins Licht, das durch die Kratzer hindurchscheint. Die Silhouetten bewegen sich auf der endlosen Ebene des Gartens der Zeit. Das Gleichgewicht erscheint angesichts der wiederkehrenden Windstösse zerbrechlich und illusorisch.

Sein. Leben. Atmen.
www.flaviano-salzani.ch

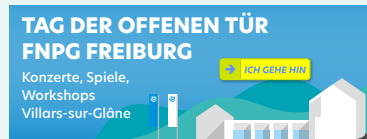
Agenda

Oktober–Dezember 2022

SAMSTAG, 1. OKTOBER 2022

Tag der offenen Tür im FNPG

Das FNPG Freiburg öffnet seine Türen für einen immersiven Rundgang durch seine verschiedenen Abteilungen. Erfahren Sie mehr über die Funktionsweise der kantonalen Notfallpsychiatrie, des Stationären Behandlungszentrums, der Tageskliniken, der Ambulatorien, des Zentrums für forensische Psychiatrie und des Universitären Zentrums für psychiatrische Forschung.



10–17 Uhr, FNPG FREIBURG
Chemin du Cardinal-Journet 3
1752 Villars-sur-Glâne
www.rfsm.ch/de/fnpg

BIS AM SONNTAG, DEM 9. OKTOBER 2022

Ausstellung von Flaviano Salzani

Gemischte Technik, Sgraffito, Zeichnung, Skulptur.
Freitag 17–20 Uhr
Samstag/Sonntag 11–17 Uhr
Galerie Trace-Ecart
Rue de Gruyères 64, 1630 Bulle
www.traceecart.ch

SONNTAG, 30. OKTOBER 2022

Interkantonaler Tag der betreuenden Angehörigen



IN FREIBURG

13–15 Uhr, Vorführung des Films «Das Leuchten der Erinnerung» von Paolo Virzi, mit deutschen und französischen Untertiteln
Cinemotion Rex Fribourg,
Bd de Pérolles 5
15.30–17.30 Uhr, Diskussionsrunden, Kaffee/Tee und Kuchen
Ancienne Gare
Esplanade de l'Ancienne Gare 3

IN MURTEN

13–15 Uhr, Diskussionsrunden
Kaffee/Tee und Kuchen
Espace de réunion,
Meylandstrasse 8
15.30–17.30 Uhr, Vorführung des Films «Das Leuchten der Erinnerung» von Paolo Virzi, mit deutschen und französischen Untertiteln
Feuerwehrmagazin Nr. 1,
Schulgasse 18
betreuende-angehoerige-tag.ch

BIS AM SONNTAG, DEM 18. DEZEMBER 2022

Noémi Handrick im MAHF

Die Ausstellung der Keramikerin Noémi Handrick ist bis am 18. Dezember im Museum für Kunst und Geschichte Freiburg zu sehen. Durch die paradoxen Qualitäten der Zerbrechlichkeit, Stärke und Widerstandsfähigkeit des Materials, das sie bearbeitet, konfrontiert uns die Künstlerin mit der Schönheit, die vergeht. Ihre Kreationen erinnern auch an die Vergänglichkeit und das Wiederaufblühen von Blumen, an die Idee der Schönheit und der vergehenden Zeit, Zeugnis unseres Aufenthalts auf der Erde.

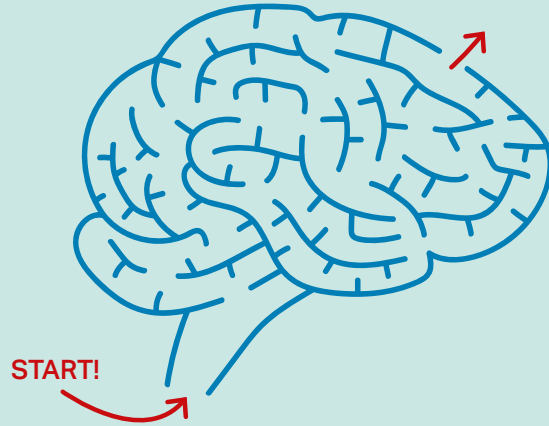


MAHF
Place Jean-Tinguely 1
1700 Freiburg
Dienstags–sonntags 11–18 Uhr
www.fr.ch/de/mahf

SUDOKU Schwierigkeit: 2/4

ZUM AUSGANG

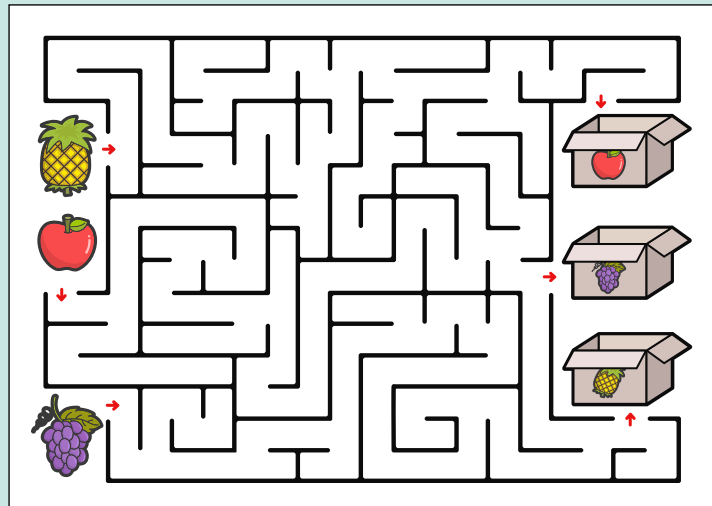
		6		9		2		
			7		2			
	9		5		8		7	
9				3				6
7	5						1	9
1				4				5
	1		3		9		8	
			2		1			
		9		8		1		



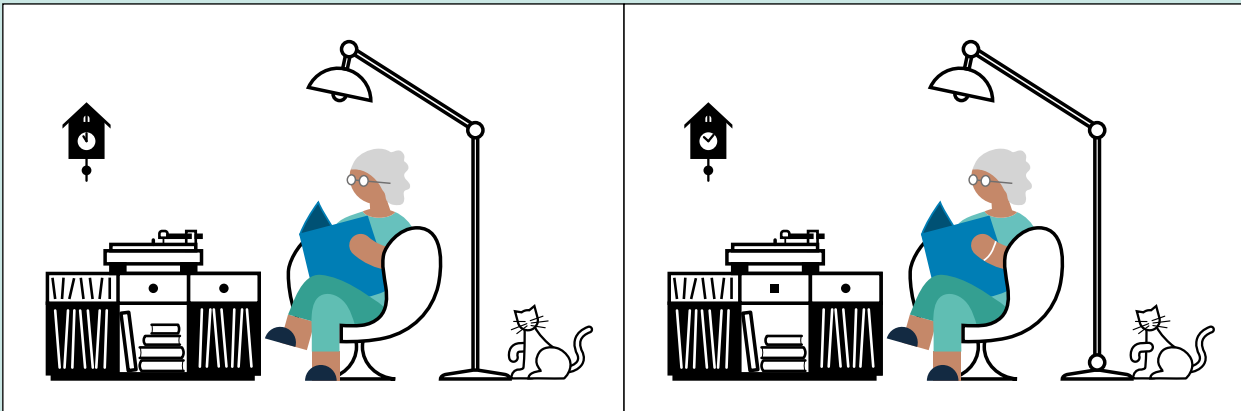
Wie funktioniert Sudoku?

Ziel ist es, jede Zeile, jede Spalte und jedes Unterquadrat mit den Ziffern 1 bis 9 zu befüllen, ohne dass eine Ziffer doppelt in einem der genannten Bereiche vorkommt.

Lösung auf Seite 55.



FINDEN SIE SIEBEN UNTERSCHIEDE





GEWINNSPIEL!

In jeder Ausgabe von *Tilt!* wird den Leserinnen und Lesern ein mysteriöses Foto präsentiert. Diesmal gilt es, den Standort des Gebäudes zu wissen.

Es kann ein Einkaufsgutschein im Wert von 100 Franken gewonnen werden, der in lokalen Geschäften einlösbar ist.

Der Gewinner oder die Gewinnerin wird persönlich benachrichtigt.

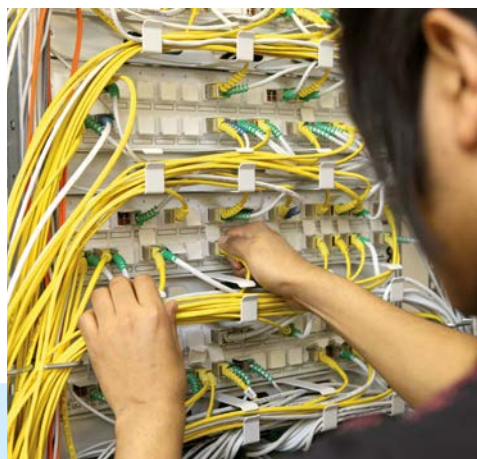
Schicken Sie Ihre Antwort bis am 31.12.2022 per Post oder E-Mail an: FNPG, Kommunikationsdienst, L'Hôpital 140, 1633 Marsens; communication@r fsm.ch.

Lösung

7	5	2	9	8	4	1	3	7
6	3	8	2	7	1	5	9	4
2	4	1	7	3	5	9	6	8
5	1	6	3	9	4	7	8	2
7	5	4	8	2	6	3	1	9
9	8	2	1	3	5	7	4	6
3	4	5	7	1	2	9	6	8
8	7	6	9	4	3	2	5	1

Unser Angebot für die Kantonsbevölkerung

Das FNPG ist ein Kompetenzzentrum für Psychiatrie und psychische Gesundheit. Unsere interprofessionellen Behandlungsteams streben nach Exzellenz und stellen die Bedürfnisse und Ressourcen der Patienten und ihrer Angehörigen in den Mittelpunkt. Das FNPG umfasst die Bereiche Kinder-/Jugend-, Erwachsenen- und Alterspsychiatrie und -psychotherapie.



24/7

Notfallpsychiatrie



Zögern Sie nicht, die Notfallpsychiatrie anzurufen, wenn Sie mit einer Person konfrontiert sind, die sich in psychischer Not befindet, die die sofortige Intervention eines psychiatrischen Behandlungsteams benötigt und die keinesfalls bis zu einer vereinbarten Konsultation warten kann. Gute Gründe, die Notfallpsychiatrie anzurufen, sind zum Beispiel: extreme Niedergeschlagenheit; Gewalt gegen sich selbst (Suizidversuch oder Selbstverletzung), Gewalt gegen Dritte oder gegen das materielle Umfeld; Wahn oder Halluzinationen; akute Unruhe; Angstzustände; extremes psychisches Leiden oder schwere depressive Zustände. Unser Fachpersonal verweist Sie an denjenigen Dienst des FNPG, der für Ihre Situation in Frage kommt.

026 305 77 77

Kantonale Notfallpsychiatrie
 Chemin du Cardinal-Journet 3
 1752 Villars-sur-Glâne

Versorgung

Erwachsene



Der Bereich Erwachsenenpsychiatrie und -psychotherapie bietet Erwachsenen von 18 bis 65 Jahren mit psychischen Schwierigkeiten in einer vertrauensvollen Atmosphäre individuell Hilfe an. Wir gehen von einem humanistischen Menschenbild aus und betrachten den Menschen in seiner Ganzheit. Die Behandlung ist auf die Bedürfnisse der Patienten ausgerichtet und wird sowohl auf Deutsch als auch auf Französisch angeboten. Je nach Indikation kann die Behandlung stationär, tagesklinisch oder ambulant erfolgen. Das Angebot umfasst allgemeinpsychiatrische Leistungen (gemeinde-nahe Psychiatrie, rehabilitative Psychiatrie, Psychotherapie) und spezialpsychiatrische Leistungen (Abhängigkeits-erkrankungen, forensische Psychiatrie und Notfall-, Krisen- und Liaisonpsychiatrie). Der Bereich ist zudem stark in Forschung, Aus- und Weiterbildung eingebunden.

Versorgung

Kinder und Jugendliche



Der Bereich Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie bietet personalisierte Behandlungen an, die auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen zugeschnitten sind und auf ihren Ressourcen aufbauen. Unsere Ärzte, Therapeuten und Pflegefachpersonen sind vom Anspruch geleitet, eine hohe medizinische Qualität zu bieten sowie Leistungen, die den Besonderheiten jeder Situation optimal angepasst sind. Sie setzen die Kinder und Jugendlichen stets in den Mittelpunkt. Der Bereich erbringt auch konsiliar- und liaisonpsychiatrische Leistungen im HFR und hat zudem ein mobiles Team namens PsyMobile zur Verfügung. Die Leistungen werden auf Deutsch und auf Französisch angeboten und im FNPG Bulle, Freiburg und Estavayer-le-Lac erbracht, sowie im HFR und in unserer Jugendstation Chrysalide im FNPG Marsens.



RÉSEAU FRIBOURGEOIS
DE SANTÉ MENTALE
FREIBURGER NETZWERK
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Das FNPG kontaktieren

Es ist einfach!

KANTONALE NOTFALLPSYCHIATRIE

☎ **026 305 77 77**

- Die Notfallpsychiatrie kontaktieren
- Ihren ersten Termin im FNPG vereinbaren

FÜR GESUNDHEITSFACHPERSONEN

☎ **026 305 77 77**

- Eine stationäre Behandlung vereinbaren
- Eine tagesklinische Behandlung vereinbaren
- Das Mobile Team für psychosoziale Notfälle kontaktieren

EMPFANG BULLE / FREIBURG / MARSENS

☎ **026 305 78 00**

- Direktion, Verwaltung, Personalabteilung, Fakturation
- Ihren Therapeuten oder eine Abteilung kontaktieren
- Eine Station kontaktieren
- Einen Besuchstermin vereinbaren

www.fnpg.ch

Versorgung

Ältere Menschen



Der Bereich Alterspsychiatrie und -psychotherapie des FNPG kümmert sich um die Behandlung älterer Menschen. Der stationäre Teil befindet sich im FNPG Marsens und umfasst zwei Stationen: Die eine gehört zur Behandlungskette für kognitive Störungen und die andere zur Behandlungskette für Allgemeinpsychiatrie. Der Bereich Alterspsychiatrie umfasst auch das Pflegeheim Les Camélias. Die Versorgung wird von Teams aus Ärzten und Pflegefachpersonen sichergestellt und wird ergänzt durch Leistungen weiterer Fachpersonen aus den Reihen der Psychologie, Sozialarbeit, Physiotherapie, Beschäftigungstherapie, Ergotherapie und Musiktherapie. Der Bereich bietet auch ambulante Konsultationen an den anderen Standorten des FNPG an, sowie konsiliar- und liaisonpsychiatrische Leistungen in den Pflegeheimen des Kantons.

Menschen in derselben Situation

Therapeutische Gruppen



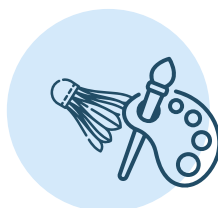
Das FNPG hat ein vielfältiges Angebot an therapeutischen Gruppen und Schulungen für seine Patienten und ihre Angehörigen. Begleitet von unseren interprofessionellen Teams lernen die Patienten, besser mit ihren Emotionen umzugehen, stärken ihre Kommunikations- und Sozialkompetenz, ändern ihre Ernährungsgewohnheiten, verbessern ihre Stressresistenz oder tauschen sich über ihre Sucht aus; Angehörige tauschen Erfahrungen aus, erwerben Kompetenzen und erhalten Informationen. Die Gruppen werden an unseren Standorten von Freiburg und Bulle ambulant angeboten und die Kosten werden von der Krankenversicherung übernommen.



<- Webseite
www.bit.ly/3qIHbnG
 Informationen
 026 305 77 77

Spezialtherapien

Kunst, Sport und Beschäftigung



Die Spezialtherapien stellen den Patienten während ihres stationären Aufenthalts eine kontinuierliche Begleitung in Form von therapeutischen Tätigkeiten und therapeutischer Betreuung zur Verfügung. Die sozialtherapeutischen Tätigkeiten sind darauf ausgerichtet, die Selbstständigkeit der Patienten zu festigen, ihre Fähigkeiten zu trainieren und zu erhalten, ihre Ressourcen zu mobilisieren, ihr Vertrauen zu stärken, ihre Sozialkompetenz zu fördern und ihnen bei der Strukturierung des Tagesablaufs zu helfen. Möglich sind z. B. Basteln, Sport, Singen, Theaterspielen und Musik. In den nonverbalen Therapien wiederum wird den Patienten ein Rahmen geboten, in dem sie sich mit einer individualisierten Begleitung am therapeutischen Prozess beteiligen können. Zu diesen gehören z. B. die Kunsttherapie, die Ergotherapie, die Musiktherapie und die Psychomotorik.

Hilfe für Familien

Angehörigenhilfe



Sie haben einen Angehörigen mit einer psychischen Störung? Sie machen sich Sorgen, haben Fragen, machen schwierige Zeiten durch, mit Momenten der Hoffnung zwischendurch, die sie teilen möchten? Sie haben Mühe, gesundheitliche, soziale oder beratende Angebote von Institutionen oder Vereinen zu finden, die Ihnen helfen können? Das Team der Angehörigenhilfe arbeitet mit den einschlägigen Vereinen und Institutionen eng zusammen. Es bietet sich als Ansprechpartner an, der Ihnen zuhört, Sie berät und Ihnen hilft, sich im komplexen System der Leistungen für Angehörige zurechtzufinden.



<- Webseite
www.bit.ly/3qEdlvm
 026 305 78 00
 (die 2 wählen)

FZA

Abhängigkeitserkrankungen



Das Freiburger Zentrum für Abhängigkeitserkrankungen (FZA) ist spezialisiert auf die ambulante Behandlung von Problematiken im Zusammenhang mit Alkohol-, Drogen- und Medikamentenmissbrauch, pathologischem Glücksspiel und anderen nicht substanzgebundenen Suchterkrankungen (Cyberabhängigkeit, Kaufsucht usw.). Das Angebot umfasst: Hypnose, begleiteter Entzug, Paar-/Familiengespräche, therapeutische Gruppen, Klangmassage, NADA-Ohrakupunktur, Psychoedukation über Alkohol, Psychotherapie, Psychotraumatologie/EMDR, psychologische Betreuung, somatische Betreuung, Kinesiologie, Angehörigenhilfe, Sozialarbeit und Substitutionsbehandlungen.



<- Webseite
www.bit.ly/3eSnzLt
Informationen
026 305 90 00

Forensische Psychiatrie

Justiz und Psychiatrie



Mit dem Zentrum für forensische Psychiatrie (ZFP) trägt das FNPG zur Entwicklung der Rechtspsychiatrie im Kanton bei, wie es das kantonale Gesetz über die Organisation der Pflege im Bereich psychische Gesundheit vorsieht. Die forensische Psychiatrie widmet sich der Begutachtung, Behandlung und Prävention von psychischen Störungen in Fällen, in denen rechtliche Aspekte zum Tragen kommen. Das ZFP umfasst eine Abteilung für psychiatrische Begutachtung und eine Abteilung für ambulante Therapien. Mit diesem Angebot entspricht das FNPG der steigenden Nachfrage der Gesundheitseinrichtungen, Sozialeinrichtungen und Gerichtsbehörden, was psychiatrische Gutachten und behördlich angeordnete Therapien angeht.

Traumatische Ereignisse

Psychosoziale Nothilfe 24/7



Das Mobile Team für psychosoziale Notfälle ist ein interprofessionelles Team, das unter der Leitung des FNPG präventiv aktiv ist. Es leistet Personen, denen traumatische Ereignisse widerfahren, und ihren Angehörigen nach Einsätzen der traditionellen Notdienste wie Polizei oder Feuerwehr psychosoziale Unterstützung. Es kommt bei Ereignissen zum Einsatz, die im Leben von Opfern oder Zeugen zu einschneidenden Veränderungen führen und langfristige Konsequenzen mit möglichen Anpassungsstörungen nach sich ziehen können. Das Mobile Team für psychosoziale Notfälle ist rund um die Uhr einsatzbereit, auch an Wochenenden.

Pflege

Nahe bei den Leuten!



Pflegefachpersonen haben vier Grundverantwortungen: die Gesundheit zu fördern, Erkrankungen vorzubeugen, die Gesundheit wiederherzustellen und das Leiden zu lindern. Die Psychiatriepflege umfasst die dynamische und klinische Beobachtung des Patienten, seine stützende Begleitung im Prozess der Konfrontation mit der Realität, die Vermittlung konstruktiver Bezugspunkte, Aufmerksamkeit und Zuwendung, Information und aktives Zuhören. Das Pflegepersonal integriert seine Beobachtung der Situation, des Umfelds und der Autonomiefähigkeit der Patienten sowie die Analyse ihrer Bedürfnisse in den Pflegeprozess. Ziel des Pflegeprozesses ist die Erbringung individuell angepasster, bedarfsgerechter Pflegeleistungen in der Kontinuität.

Gehör und Unterstützung

Sozialdienst



Der Sozialdienst des FNPG steht den Patienten zur Verfügung, um einen Lebenskontext einzurichten, der der Stabilisierung ihres Gesundheitszustands förderlich ist. Bereiche des täglichen Lebens und des Soziallebens, die ihnen Sorgen bereiten, werden besprochen, um gemeinsam Lösungen zu finden. Der Sozialdienst steht mit seiner Angehörigenhilfe auch den Angehörigen der Patienten zur Verfügung. Der Sozialdienst versucht in erster Linie, die Ressourcen der Patienten, ihres Umfelds und der Netzwerkpartner zu mobilisieren, um eine partnerschaftliche Zusammenarbeit aufzubauen. Die Leistungen des Sozialdienstes werden auf Deutsch und auf Französisch angeboten.

Gutachten und Therapien

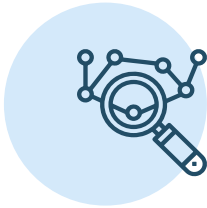
Psychologischer Dienst



Der Psychologische Dienst des FNPG kümmert sich um die testpsychologische Abklärung und Diagnostik und um die psychotherapeutische Betreuung verschiedener Patientenpopulationen in unterschiedlichen Settings. Das Angebot umfasst Leistungen für Kinder und Jugendliche, für Erwachsene und für ältere Menschen in den Ambulatorien, Stationen und Tageskliniken des FNPG, in den Gefängnissen und, in der Form der Konsultation-Liaison, in weiteren Institutionen. Der Psychologische Dienst spielt im Ausbildungssystem des FNPG eine wichtige Rolle, indem er die Praktika angehender Psychologinnen und Psychologen im FNPG organisiert.

FNPG und Universität

Psychiatrische Forschung



Das Universitäre Zentrum für psychiatrische Forschung des FNPG und der Universität Freiburg untersucht unter der Leitung von Prof. Gregor Hasler Faktoren, die das Ansprechen auf herkömmliche Therapien voraussagen. Es beforscht und entwickelt auch neue Therapien mit psychoaktiven Substanzen für Patienten, die auf herkömmliche Therapien nicht genügend ansprechen. Zu den Schlüsselstudien des Zentrums gehören die Untersuchung des Gehirnstoffwechsels mit Neuroimaging und eHEALTH, eine App zur Vorbeugung von Rückfällen in die Depression. Die Leistungen des Zentrums sind für die Positionierung des FNPG in der akademischen Landschaft der Schweiz entscheidend und ermöglichen eine stärkere Zusammenarbeit mit der Universität insbesondere im Rahmen des Masters in Medizin.

Karriere

60 Berufe im FNPG



Das FNPG ist eine auf psychische Gesundheit spezialisierte Einrichtung mit rund 750 Mitarbeitenden, die insgesamt etwa 60 Berufe vertreten. Durch sein Engagement und seine Professionalität trägt das Personal dazu bei, dass den Patienten eine vorbildliche Versorgung geboten wird. Das FNPG verfügt in allen Bereichen über professionelle Teams, die vorbildliche Verfahren anstreben: in der Verwaltung, Logistik, Technik, Hotellerie, Hauswirtschaft, Sicherheit und in allen Medizin- und Pflegeberufen. Das FNPG ist auch eine Aus-, Weiter- und Fortbildungsstätte für verschiedenste Berufe.

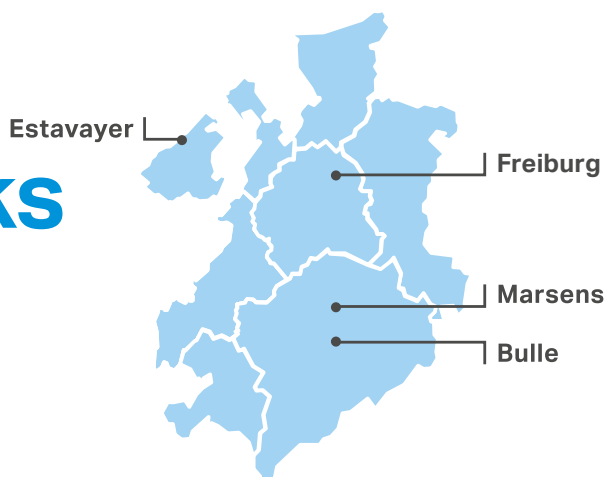
Unsere Berufe

Aus- und Weiterbil- dungsstätte



Das FNPG ist eine Aus- und Weiterbildungsstätte, die sowohl in praktischer als auch in theoretischer Hinsicht eine unverzichtbare Etappe in der Ausbildung zahlreicher Fachleute darstellt. Es ist insbesondere Akteur und Partner in der Ausbildung von Arzt-, Pflege-, Therapie-, Sozialpädagogik- und Sozialpersonal. Es organisiert in praktisch all seinen Diensten Langzeitpraktika, sei es für angehende Ärzte, für Absolvierende und Masterstudierende in Psychologie, für angehende Spezialtherapeuten, für Verwaltungsberufe und für Informatiker in Zusammenarbeit mit der Berufsfachschule. Es ist auch in der Berufsbildung aktiv, indem es jährlich etwa zwanzig EFZ-Lehrstellen anbietet. Und zu guter Letzt beteiligt es sich an der Fortbildung seiner rund 750 Mitarbeitenden.

Plan des Netzwerks FNPG



Bulle

- Tagesklinik
- Ambulatorium

Rue de la Condémine 60, 1630 Bulle
026 305 63 73

Estavayer

- Ambulatorium

Hôpital intercantonal de la Broye (HIB)
Rue de la Rochette, 1470 Estavayer-le-Lac

Bereich Kinder- und Jugendpsychiatrie
026 305 30 50

Bereich Erwachsenenpsychiatrie
026 305 78 00

Bereich Alterspsychiatrie
026 305 78 00

Freiburg

- Stationäres Behandlungszentrum
- Kantonale Notfallpsychiatrie
- Ambulatorium
- Tagesklinik
- Zentrum für forensische Psychiatrie
- Universitäres Zentrum für psychiatrische Forschung

Chemin du Cardinal-Journet 3
1752 Villars-sur-Glâne
026 305 78 00

- Freiburger Zentrum
für Abhängigkeitserkrankungen

Murtengasse 8, 1700 Freiburg
026 305 90 00

- Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Chemin des Mazots 2, 1700 Freiburg
026 305 30 50

Marsens

- Stationäres Behandlungszentrum
- Pflegeheim Les Camélias

L'Hôpital 140, 1633 Marsens
026 305 78 00

Und jetzt? **Go online auf unseren Blog!**

WWW.TILT-MAGAZINE.CH



- Artikel und Beiträge in der **längeren Ausgabe**
- **Neue Inhalte** das ganze Jahr durch
- Mit unserem **Newsletter** auf dem Laufenden bleiben



RÉSEAU FRIBOURGEOIS
DE SANTÉ MENTALE
FREIBURGER NETZWERK
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

IMPRESSUM

Herausgeber

Freiburger Netzwerk für psychische Gesundheit
Route de L'Hôpital 140, 1633 Marsens
hello@tilt-magazine.ch

Auflage

2000 Exemplare auf Französisch
700 Exemplare auf Deutsch

Die in den Beiträgen von *Tilt!* publizierten Stellungnahmen widerspiegeln die persönliche Meinung der jeweiligen Personen und nicht unbedingt diejenige des Herausgebers.

www.fnpg.ch